

LA SUBBÉTICA



¡Para comérsela!

GUÍA GASTRONÓMICA

Guía gastronómica elaborada por la
Mancomunidad de la Subbética.

Año 2013.

Diseño realizado por Ciento Volando.

[ÍNDICE]

○ Introducción Mancomunidad

○ Pueblos de Mancomunidad:

- Almedinilla
- Benamejí
- Carcabuey
- Doña Mencía
- Fuente Tójar
- Iznájar
- Lucena
- Luque
- Palenciana
- Priego de Córdoba
- Rute
- Zuheros



La importancia de la gastronomía en el turismo actual se hace cada día más evidente.

La oferta gastronómica de la Subbética, ligada a los 12 municipios que conforman nuestra comarca, es un fiel reflejo de esta realidad, y de nuestra propia historia, consecuencia de un rico legado transmitido por antepasados íberos, romanos, musulmanes, judíos y cristianos, que habitaron estas tierras siglos atrás.

Fundamentada en el Aceite de Oliva, no solo se reduce a éste, ya que los licores y anisados, los productos derivados del cerdo, los dulces y mantecados navideños, así como el vino, el membrillo o los quesos de cabra, son pilares básicos sobre los que descansa la Gastronomía de la Subbética Córdobaesa.

En esta Guía Gastronómica hacemos un recorrido por los sabores más característicos de nuestros pueblos, verdaderas maravillas culinarias, plenas de sabor, calidad y tradición.

A continuación, le invitamos a conocer la auténtica Subbética, una Subbética en la que los sabores son, también, únicos.





Este encantador pueblo ofrece originales atractivos gastronómicos relacionados con la cultura íbero-romana y el aceite.

Dentro del Ecomuseo del Río Caicena, hay que destacar la Sala del Aceite del Museo Histórico-Arqueológico, donde se realiza un completo recorrido por la cultura mediterránea, y en concreto, del olivar, y eventos como "los placeres de la mesa romana: Convivium", donde se podrán degustar platos característicos de la cocina romana, extraídos del recetario de Marcus Gavius Apicius del s. I d. C., amenizadas por representaciones teatrales de la época, importantes son también los productos de la zona derivados del cerdo como: salchichón, chorizo, morcilla de cebolla, morcilla de sesos, torreznos...

Otros platos que se podrán degustar en esta localidad son: la sopa de maimones, el remojón de naranja, el adobillo de patatas, el salmorejo, la sobrehúsa de habas verdes, las migas con chorizo... algunos de los postres más característicos son: la leche frita, el arroz con leche, las gachas de harina tostada y almendras.



Sopa de maimones

INGREDIENTES

- ◆ Pan del día anterior
- ◆ Ajo
- ◆ Aceite de oliva virgen extra
- ◆ Sal
- ◆ Jamón
- ◆ Huevo

ELABORACIÓN

- 1.** Troceamos el pan y lo ponemos a freír con un poquito de aceite de oliva virgen extra.
- 2.** Picamos el ajo, el huevo y el jamón.
- 3.** Añadimos el agua y dejamos cocer unos 10 minutos.

Este es un plato que tenemos que servir caliente.

dónde comer

dónde comer

RESTAURANTES

Mesón Rural La Era

🏠 Plaza de la Era, 1 📞 957 70 32 01/615 26 33 08
 @ www.hospederalaera.com ✉ info@hospederalaera.com
 Tapa destacada: Asado de cordero ecológico
 Precio: De 10€ a 20€

Restaurante La Bodega

🏠 Plaza de España, 2 📞 957 70 30 66
 @ www.restaurante-labodega.com ✉ info@restaurante-labodega.com
 Tapa destacada: Salmón con gambas en salsa de la bodega
 Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Los Cabañas

🏠 Ronda de Andalucía, 52 📞 957 70 20 67/629 73 79 65
 @ www.restauranteloscabanas.com ✉ loscabanas@hotmail.com
 Tapa destacada: Revuelto de collejas
 Precio: De 10€ a 20€

BARES/CAFETERÍAS

Bar El Rincón de la Tapa

🏠 Paseo de las Moreras, s/n 📞 664 32 88 50
 Tapa destacada: Caracoles en salsa y pulpo a la gallega
 Precio: Menos de 10€

Bar Oasis

🏠 Paseo de las Moreras, 33 📞 957 70 31 85
 ✉ almedioasis@gmail.com
 Tapa destacada: Jamón asado
 Precio: Menos de 10€

Bar Paraiso

🏠 Cerro de la Cruz, s/n 📞 957 70 20 08
 Tapa destacada: Pepito (pan redondo con filetes de lomo y tomate)
 Precio: Menos de 10€

Bar Ramírez

🏠 Río, 1 📞 619 14 02 96
 Tapa destacada: Callos y manitas de cerdo
 Precio: Menos de 10€

Bar Zepelin

🏠 Falcata, 6, Bajo 📞 957 70 33 45
 ✉ dcobo@hotmail.com
 Tapa destacada: Zepelin(sandwich doble con jamón dulce, tomate, pollo,...)
 Precio: Menos de 10€

BARES/CAFETERÍAS

Cafe-Bar Acrópolis

🏠 Pol. Ind. "Los Bermejales", s/n ☎ 957 70 34 82

✉ cafeteriacropolis@gmail.com

Tapa destacada: Bacalao con tomate

• Precio: Menos de 10€

Cafe-Bar Luna Nueva

🏠 Pol. Ind. "Los Bermejales" ☎ 608 52 16 90

Tapa destacada: Lomo al ajillo

• Precio: Menos de 10€

Pub Hypnos

🏠 Cañada Sevilla, 4 ☎ 650 989 812

✉ manuelpubhypnos@gmail.com

• Precio: Menos de 10€



En la Mancomunidad de la Subbética, existen tres prestigiosas Denominaciones de Origen de este preciado zumo de frutas que avalan la calidad de nuestro aceite.

[D.O.P. BAENA]

[D.O.P. LUCENA]

[D.O.P. PRIEGO DE CÓRDOBA]



La gastronomía de Benamejí es tan rica como variada tanto en comidas como en repostería.

Los platos más típicos del pueblo son principalmente el salmorejo con picaditos de jamón y de huevo duro, potaje acompañado con gachas de cuscurreones de pan frito, patatas guisadas con bacalao, cazuela de habas, bacalao con tomates fritos, "picaillo" de pimientos y sardinas asadas, castañas guisadas, albóndigas de boquerones y gazpacho con tropezones de pepino.

Siguiendo con los postres, tienen una repostería muy extensa, empezando por los tradicionales buñuelos y so-paipas para el desayuno, así como una amplia gama de dulces para cada época del año: tortas de aceite, roscos de huevo, pestiños, croquetas de chocolate, flores de pascua, hojaldres, tortillas de manteca,...

En Benamejí se apuesta por los sabores tradicionales basados en un excelente aceite de oliva y buenos productos de temporada.



Lomo de orza

INGREDIENTES

- ◆ 1 kg. de lomo de cerdo.
- ◆ ½ litro de aceite de oliva virgen extra.
- ◆ Pimentón.
- ◆ Sal.

ELABORACIÓN

- 1.** Limpiar el lomo de fibras y grasas, cortar en filetes de gruesos de 3 a 4 cm y macerar con pimentón y sal. Dejar reposar 12 horas.
- 2.** En un perol con abundante aceite confitar (freír a poca temperatura) el lomo de 10 a 15 minutos, hasta que este ligeramente dorado. Sacarlo y ponerlo en un recipiente hermético, cuando esté todo el lomo cocinado agregar el aceite de haber confitado y cubrir el lomo sin que quede trozos de carne en la superficie.
- 3.** Conservar en un sitio fresco y calentar en el momento del servicio.

RESTAURANTES

Asador El Jardín

 Eras, s/n  670 58 18 13

Tapa destacada: Pollo asado con guarnición

Precio: Menos de 10€

Mesón El Rocío

 Prolongación José Marrón, s/n  675 62 91 06

Tapa destacada: Flamenquín con guarnición

Precio: Menos de 10€

Mesón Fuente Palma

 Polígono Fuente Palma  654 48 27 10

Tapa destacada: Parrillada de carne

Precio: De 10€ a 20€

Mesón Puerta del Convento

 Padre Esteban, 12  957 53 08 64

Tapa destacada: Solomillo al vino con patatas a lo pobre

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Arito

 José Marrón, 6  665 90 24 08

Tapa destacada: Medallones de solomillo de cerdo

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Carmona (El Tejar)

 Carretera Córdoba-Málaga, Km. 98.5  957 53 01 69

Tapa destacada: Plato combinado (lomo, chorizo, morcilla, huevo, patatas y pimiento)

Precio: De 10€ a 20€

RESTAURANTES

Restaurante El Puento (El Tejar)

 Aldea El Tejar, s/n  957 53 09 00

Tapa destacada: Carrillada El Puento

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Los Cortijeros

 Prolongación de la calle Córdoba  957 53 04 58/625 49 93 88

Tapa destacada: Sartená de presa (presa ibérica, cebolla y pimiento, patatas)

Precio: Menos de 10€

Restaurante Opito

 Avenida de la Venta, s/n  957 53 06 71

Tapa destacada: Taco de lomo en manteca

Precio: Menos de 10€

Restaurante Puerta del Sol

 Carrera, 54  957 53 10 77

Tapa destacada: Carrillada al vino tinto

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Reina (El Tejar)

 Ctra. Córdoba-Málaga, Km. 98  957 53 06 55

Tapa destacada: Lomo de orza

Precio: De 10€ a 20€

Bar Aro

 Eras, s/n  957 53 11 86

Tapa destacada: Flamenquín casero con patatas

Precio: Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar Camacho

 Feria, s/n  957 53 02 55

Tapa destacada: Plato combinado (huevo frito, chorizo casero y lomo)

Precio: Menos de 10€

Bar Casa de la Cultura

 Remedios, 25  653 79 09 07

Tapa destacada: Cazuela de callos

Precio: Menos de 10€

Bar Chasca

 Plaza de Andrés Segovia, s/n  957 53 09 22

Tapa destacada: Plato combinado (huevo frito y patatas fritas)

Precio: Menos de 10€

Bar El Mirador

 Paseo Reina Sofía, s/n  670 58 18 13

Tapa destacada: Serranito

Precio: Menos de 10€

Bar Granados

 José Marrón, 16  607 61 20 65

Tapa destacada: Flamenquín con guarnición

Precio: Menos de 10€

Bar Hogar el pensionista "El Moro"

 Cayetano Muriel, s/n  605 28 72 25

Tapa destacada: Bacalao

Precio: Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar Peña La Escopeta

 Martínez Victoria, 21  615 55 78 39

Tapa destacada: Huevos de codorniz con beicon

Precio: Menos de 10€

Bar Poro

 Juan José Espejo, s/n  957 53 17 21

Tapa destacada: Flamenquín con patatas y guarnición

Precio: Menos de 10€

Cafetería-Bar Felipe

 Eras, s/n  672 49 22 94

Tapa destacada: Rejos fritos

Precio: Menos de 10€

Chiringuito El Jardín

 Jardín municipal, zona central

Tapa destacada: Flamenquín con patatas

Precio: Menos de 10€

Chiringuito Paco Arito

 Jardín municipal  609 77 81 40

Tapa destacada: Serranito

Precio: Menos de 10€

Pub La Taberna

 Camino del Río, 7  625 51 25 20

Tapa destacada: Milhojas de la taberna y sardinas escabechadas

Precio: Menos de 10€

BARES/CAFETERÍAS

Pub Rockan

🏠 Camino del río, 1 ☎️ 957 53 10 37

Tapa destacada: Hamburguesa Paco Arenas

• Precio: Menos de 10€

Pub Victoria 12

🏠 Martínez Victoria, 16 ☎️ 957 53 05 42/675 56 87 87

Tapa destacada: Pisto con huevo de codorniz

• Precio: Menos de 10€

Pub Vélez

🏠 Camino del Río, 3 ☎️ 634 65 92 33

Tapa destacada: Flamenquín con patatas

• Precio: Menos de 10€

Tapería El Cojo

🏠 Feria, 62 ☎️ 605 92 31 34

Tapa destacada: Flamenquín con patatas

• Precio: Menos de 10€



Las tradicionales matanzas caseras de cerdo son un claro exponente de la gastronomía comarcal, teniendo un lugar propio en la mesa sus derivados como el relleno de carnaval, el salchichón o el jamón.



Quizás el plato más definitorio de Carcabuey sea el potaje de “habichuelas amonás” con morcilla negra, (elaborada con sangre y cebolla), aunque la gastronomía alcobitense está íntimamente relacionada con las estaciones del año y los productos de temporada, memoria de una época no demasiado lejana en la que el frigorífico era un artículo de lujo en la mayoría de los hogares.

Así de este modo no podremos dejar de saborear en Carnaval el delicioso relleno, en Semana Santa el potaje de garbanzos con bacalao o las albóndigas de pescado, esperando con “gazpachos y picaillos” la llegada del invierno para que en las tradicionales matanzas podamos degustar la rica chanfaina y esperar que el humo del hogar, cure los diferentes embutidos como chorizo, morcilla y salchichón que aprovisionarán las despensas para el resto del año.

Si bien rica es la gastronomía alcobitense no menos importancia tiene su repostería, cada fiesta de Carcabuey cuenta con su dulce propio, así en Navidad no faltan en ninguna casa, los mostachos bien de aceite o manteca y en Semana Santa los pestiños y empanadillas, destacando sobremanera las rosquetas y los roscos de vino que se toman durante todo el año.

Charco

INGREDIENTES

- ◆ 1 kg. de melocotones
- ◆ 2 litros de vino blanco
- ◆ Canela en rama
- ◆ Unos granos de café
- ◆ 2 o 3 cucharaditas de azúcar

ELABORACIÓN

1. Hervimos la canela en $\frac{1}{2}$ litro de agua. Mientras pelamos los melocotones y lo cortamos en cascos, enfiamos en el congelador el vino blanco.
2. Posteriormente en un recipiente, echamos el vino, el azúcar y los granos de café y removemos. Luego añadimos los trozos de melocotón y el agua de la canela, una vez que esté fría.
3. Dejamos macerar de 2 o 3 horas, según el gusto, y servimos muy frío.

dónde comer

RESTAURANTES

Mesón Abrasador La Ronda

 Avda. de la Constitución, 5 Bajo  957 55 33 74

Tapa destacada: Carnes a la brasa

Precio: De 10€ a 20€

Mesón Rafi

 Poblado del Algar, s/n  957 55 30 04

Tapa destacada: Comida casera

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante La Olla

 La Hoya, 7  957 11 75 13

Tapa destacada: Pavías de bacalao y pescado fresco

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante La Zamora

 Ctra. A-340  957 70 42 08

Tapa destacada: Chivo al ajillo

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante El Ceibo

 Avda. de la Constitución, s/n  957 70 42 12

Tapa destacada: Parrilladas y comida argentina

Precio: De 10€ a 20€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar Carruca

 Santa Ana, 21  699 23 44 03

Tapa destacada: Flamenquines y patatas bravas

Precio: Menos de 10€

Bar Curro

 Plaza de Andalucía, 1  677 48 21 55

Tapa destacada: Dobladillos de cerdo

Precio: Menos de 10€

Bar La Planchilla

 Baja, 2  687 72 69 91

Tapa destacada: Pinchitos

Precio: Menos de 10€

Casa Adelina

 Plaza de España, 3  957 55 35 51

Tapa destacada: Caracoles en caldo y calamares

Precio: Menos de 10€

Taberna Casa Esteban

 Majadilla, 32  957 55 34 02

Tapa destacada: Charco y patatas asadas

Precio: Menos de 10€



Cuenta en su haber con dos Denominaciones de Origen, la primera en sus excelentes aceites de oliva Virgen Extra con Denominación de Origen Baena, destacando por su calidad y esmerado cuidado y la segunda bajo la Denominación de Origen Montilla-Moriles.

Los caldos mencianos gozan de una gran popularidad, destacando entre las diversas variedades, además de los vinos finos, el “Pedro Ximénez”, caracterizado por ser un vino dulce de agradable paladar. Mención especial requiere la producción de licores artesanales producidos a nivel familiar el licor de café llamado “Rosoli”, cuyos ingredientes son: café, aguardiente, azúcar, canela, hierba luisa y agua.

Adentrándonos en los fogones destacamos los productos derivados de la matanza: morcones, longanizas, morcillas y chorizos. Como platos típicos, incluso recreados por D. Juan Valera en sus obras y que aún hoy perduran, tienen mención: los tomates “guisao”, “apagaillo”, patatas en adobillo, pollo a la menciana, gazpacho, salmorejo, cocina de habas y variedad de “mojetes”.

En la confitería presenta una gran variedad de productos artesanos como los pestiños, flores, roscos de vino, hojaldres, gachas de mosto, torticas de azúcar y polvorones.

Afamados son los “Cuajaos” siendo uno de los referentes de la confitería menciana.

Cuajao

INGREDIENTES

- Para la masa:**
- ◆ 1k. de harina
 - ◆ 1/2 l. de agua
 - ◆ 1 cucharada rasa de sal gorda
 - ◆ 3 cucharadas de aceite de oliva
 - ◆ Una perola de 36 cm. de diámetro superior
 - ◆ Aceite de oliva para untar en el molde

- Para la masa del cuajao:**
- ◆ 1/2 k. almendras peladas
 - ◆ 1/2 k. de azúcar
 - ◆ Canela molida
 - ◆ Ralladura de 1 limón
 - ◆ Azúcar para espolvorear

ELABORACIÓN

- 1.** Cubrimos la perola con la masa y repasamos muy bien el interior de la perola con el aceite de oliva para que se desprenda con facilidad el cuajado una vez horneado.
- 2.** Encendemos el horno a 170º mientras preparamos la masa del cuajao.
- 3.** Separamos las yemas de las claras, y las batimos a punto de nieve. Añadimos la canela, la ralladura de limón y el azúcar, y por último las almendras.
- 4.** Removemos con una cuchara de madera y la echamos en el molde, espolvoreamos con azúcar y horneamos durante una hora y media aproximadamente.

dónde comer

RESTAURANTES

Hotel-Restaurante Mencía Subbética

 Avenida Doctor Fleming, s/n  957 74 70 70
 www.menciahoteles.com  comercial@menciahoteles.com

Tapa destacada: Bacalao sobre hojaldre con alboronia de verduras, ...

• *Precio:* De 10€ a 20€

Mesón-Restaurante La Cantina

 Antigua Estación de Ferrocarril  692 605 811

Tapa destacada: Carne a la brasa hecha con leña de olivo

• *Precio:* De 20€ a 30€

Restaurante Casa Morejón

 Obispo Cubero, 3  957 67 61 69

Tapa destacada: Tomates guisoas y bacalao en varios estilos

• *Precio:* De 10€ a 20€

Restaurante Los Manueles

 Plaza de España, 14  680 688 011

Tapa destacada: Venado en salsa

• *Precio:* De 10€ a 20€

Restaurante-Pizzería Dalia

 Glorieta Príncipes España, 7  665 90 24 08

Tapa destacada: Pizzas artesanas

• *Precio:* Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar La Cueva El Pollo

 Avda. Doctor Fleming, 7  957 69 56 49

Tapa destacada: Cazuela de gambas al ajillo y croquetas caseras

• *Precio:* Menos de 10€

Bar- Cafetería Capri

 Plaza Andalucía, 7  608 05 69 57

Tapa destacada: Revuelto de habitas con jamón ibérico y pulpo a la gallega

• *Precio:* De 10€ a 20€

Bar-Cafetería Lama

 Plaza de Andalucía, 10  957 67 63 34

Tapa destacada: Tostadas con ibéricos

• *Precio:* Menos de 10€

Bar Jardín Flores

 Avda. Doctor Fleming, 5  957 69 53 78

Tapa destacada: Atún a la menciana y flamenquín casero

• *Precio:* Menos de 10€

Bar La Barrica

 Pasaje Villaalegre, s/n  661 50 50 84

Tapa destacada: Gran surtido de tostas, patés y quesos, lomo de orza

• *Precio:* Menos de 10€

Bar la Sede

 Juan Valera, 2  605 56 26 35

Tapa destacada: Flamencas y variedad de 27 bocadillos

• *Precio:* Menos de 10€

BARES/CAFETERÍAS

Cafetería-Cervecería La Ronda

🏠 Ronda Povedano, 23 ☎️ 957 67 64 76

Tapa destacada: Carnes al roquefort y riñones al jerez

• **Precio:** Menos de 10€

Cafetería-Pastelería Sa & Ma

🏠 Pasaje El Lagar, s/n ☎️ 645 86 53 84

Tapa destacada: Batidos artesanos, cuajaos y sorbetes

• **Precio:** Menos de 10€

Nueva Confitería Segura

🏠 Pasaje Villalegre, s/n ☎️ 957 67 68 95

Tapa destacada: Pan artesano, hojaldres y pastel de caramelo

• **Precio:** Menos de 10€

Pizzería Las Palomas

🏠 Baena, 67 ☎️ 957 69 56 73

Tapa destacada: Super bocadillo campero

• **Precio:** Menos de 10€

Taberna Cofrade Peñuelas

🏠 Juan Ramón Jiménez, 4 ☎️ 679 76 39 08

Tapa destacada: Surtidos ibéricos

• **Precio:** De 10€ a 20€



La producción de licores y anisados, forma parte de la cultura de nuestra comarca, pudiéndose saborear en cualquier época del año.



La tierra de los Danzantes ofrece al visitante exquisitos productos derivados del cerdo y un aceite de oliva virgen extra de alta calidad amparado bajo la Denominación de Origen de Priego de Córdoba.

En la segunda semana de agosto se puede disfrutar de un fin de semana organizado por la Asociación Gastronómica Amigos de la Alcaparra, dónde beber sin mesura a un módico precio, acompañado de un típico y succulento plato de la cocina del pueblo es de obligado cumplimiento.

El relleno de carnaval o la sopa sobrehúsa son sólo algunos de los platos más deliciosos de Fuente Tójar.



Flamenguín

INGREDIENTES

- ◆ 4 filetes dobles de lomo de cerdo
- ◆ 100 g. de jamón
- ◆ 1 diente de ajo
- ◆ Perejil
- ◆ Pan rallado
- ◆ Huevo para empanar
- ◆ Harina
- ◆ Aceite de oliva virgen extra

ELABORACIÓN

1. Limpiamos el lomo y lo cortamos en filetes dobles, espalmarlos (adelgazar el filete con ayuda de un mazo de cocina para dejarlos lo más fino posible) y lo reservamos.
2. Picamos el jamón, el ajo, perejil y huevo, lo mezclamos en un bol y rellenamos los filetes salpimentados con estos ingredientes, lo enrollamos sobre sí mismos para obtener unos cilindros de carne.
3. Empanamos (pasarlos por harina, huevo y pan rallado) los flamenguines y freímos en aceite de oliva virgen extra con denominación de origen Priego de Córdoba, calentamos (no muy fuerte) hasta que estén dorados por fuera y hechos por dentro.
4. Lo servimos calientes.

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar Cenit

🏠 Orilla Cobos, 1

• Precio: Menos de 10€

Bar El Corti

🏠 Conde de Toxar, s/n ☎ 696 58 02 98

• Precio: De 10€ a 20€

Bar La Espuela

🏠 Plaza de la Solana, s/n

• Precio: Menos de 10€

Bar La Fuente

🏠 Ancha, s/n

• Precio: Menos de 10€

Bar Piscina Municipal

🏠 Seras, s/n

• Precio: Menos de 10€

REPOSTERÍA DE LA SUBBÉTICA



El aceite de oliva virgen extra de esta tierra es el ingrediente fundamental para la cocina de repostería. Los dulces de esta comarca son un reclamo fundamental para los visitantes, entre ellos se pueden degustar: los rosco de vino, los mantecados, el turrolate o la carne de membrillo.



En la gastronomía iznajeña destacan los productos derivados del cerdo, que se elaboran de forma casera en la época de la matanza (noviembre y diciembre).

En carnaval es tradicional el Relleno, un embutido elaborado con huevo, pan rallado, trozos de jamón y pechuga de pavo.

Como platos destacados se pueden nombrar el salmorejo de naranja y bacalao, así como la porra.

En los postres cabe destacar los “huevos volaos” elaborados con huevos, leche, mostachones y canela.

Llegada la Semana Santa toman protagonismo los “pestiños” y los “huesos de santo”.



Remojón de naranja y bacalao

INGREDIENTES

- ◆ 4 ó 5 naranjas.
- ◆ 100 gr. de bacalao (desalar en agua).
- ◆ 2 ó 3 huevos duros
- ◆ 0,50 dl. aceite de oliva virgen extra
- ◆ 2 latas de atún

ELABORACIÓN

- 1.** En un recipiente hondo troceamos las naranjas (previamente peladas) y cortamos en trocitos los huevos.
- 2.** Asamos el bacalao y lo añadimos desmenuzado.
- 3.** Por último añadimos el atún y echamos un chorrito de aceite de oliva virgen extra. Mezclamos todo y dejamos en el frigorífico para servir frío.

RESTAURANTES

Restaurante-Bar Las Majadillas

 Ctra. Lucena-Loja, Km. 34  630 80 07 95

Tapa destacada: Jamón asado y paella

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante-Bar "Verde"

 Plaza de la Venta, s/n  957 53 45 23

Tapa destacada: Cocina británica

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Camping "Valdearenas"

 Playa de valdearenas, s/n  657 60 37 04/681 32 08 76

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante "Cortijo la Haza"

 Aldea de El Adelantado, s/n  618 44 01 67/957 33 40 51

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante "El Charcón"

 Ctra. Lucena-Loja, Km. 34  957 53 47 74

Tapa destacada: Carnes a la brasa

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante "El Jaleo"

 Carretera Lucena-Loja, s/n  664 64 76 29

Tapa destacada: Menús combinados

Precio: De 10€ a 20€

RESTAURANTES

Restaurante La Noria del Genil

 Paraje de Valdearenas, s/n  957 50 80 11

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Media Luna

 Playa de Valdearenas, s/n  616 47 46 32

Tapa destacada: Carnes a la brasa y espetos

Precio: De 10€ a 20€

BARES/CAFETERÍAS

Bar "El Montesillo"

 Ctra. Lucena-Loja, Km. 341,20 (Valenzuela y Llanadas)  957 53 47 77

Precio: Menos de 10€

Bar "La Fuente"

 Aldea El Higueral, s/n  957 59 21 33

Tapa destacada: Cocina británica

Precio: Menos de 10€

Bar Los Caminos

 Aldea Corona y Algaidas, s/n  957 53 45 58

Precio: Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar "Los Claveles"

 Dr. Molina López, s/n  685 92 34 40

Tapa destacada: Pollos asados

Precio: Menos de 10€

Bar "Los Juncares"

 Aldea Los Juncares, s/n  659 20 39 60

Precio: Menos de 10€

Bar "Los Pajaritos"

 Aldea Fuente del Conde, s/n  615 25 84 89

Precio: Menos de 10€

Bar "Lucía"

 Julio Burell, 4  957 53 49 26

Precio: Menos de 10€

Bar "Marcianos"

 Cruz del Postigo, s/n  957 53 44 34

Precio: Menos de 10€

Bar "Marín"

 Aldea Ventorros de Balerna, s/n  957 59 25 05

Precio: Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar Matakán

 Plaza de la Venta, s/n  659 77 36 77

Precio: Menos de 10€

Bar "Ricas Tapas"

 Aldea El Higueral, s/n  957 59 20 05

Precio: Menos de 10€

Cafetería-Pizzería "Las Nubes"

 Julio Burell, 13  957 53 48 55

Precio: Menos de 10€

Tasca "El Tablaillo"

 Plaza de la Venta, s/n  957 53 41 04

Precio: Menos de 10€

Tasca "Patio de Las Comedias"

 Patio de Las Comedias Barrio de La Villa, s/n  957 53 42 40

Tapa destacada: Tapas Caseras

Precio: Menos de 10€



Lucena posee un buen conjunto de platos de clara raigambre campesina que aprovechan los más ricos productos de sus campos entre los que destacan sus preciados aceites de oliva.

Como muestra cabe resaltar la “roña de habicholones”, los pimientos “ajogaos”, el gazpachuelo, las patatas en ajopollo, las albóndigas de boquerones, el potaje de castañas, los bolos o la tortilla al charco, sin olvidar unos extraordinarios esparragados.

En el aspecto de la dulcería, son exquisitos los hojaldres, los molletes y las alegrías, así como las frutas de sartén: pestiños, tirabuzones y gajorros. De acuerdo con una ancestral tradición dulcera en Lucena se elaboran industrialmente turrone y confituras.

En cuanto a los aceites, finos, de suave y exquisito paladar, con un delicado y original aroma frutal en su fondo, los aceites de Lucena, ganadores de gran número de premios y distinciones, están reconocidos con Denominación de Origen propia, distinción que sin duda merecen, como reconocimiento a sus cualidades organolépticas.

Destacar también los vinos lucentinos con Denominación de Origen Montilla-Moriles.



Bolos rellenos

INGREDIENTES

- ◆ 1/4 k. de magro
- ◆ 1/4 k. de pechuga
- ◆ 1/4 k. de ternera
- ◆ 1/2 cuarto de jamón
- ◆ Sangre de ave
- ◆ Nuez moscada
- ◆ Pimienta molida y en grano
- ◆ Huevos
- ◆ Pan rallado
- ◆ Almendras
- ◆ Laurel, perejil, sal
- ◆ Ajos
- ◆ 1 copita de vino viejo o coñac
- ◆ Aceite y agua

ELABORACIÓN

1. Picamos la carne de magro, pechuga, ternera y jamón. En un almirez machacamos unos ajos con sal y nuez moscada, se deslíen con una copita de vino viejo o coñac y se lo echamos a la carne.
2. Seguidamente ponemos los huevos crudos y el pan rallado y amasamos todo para obtener una mezcla algo más dura que la de las albóndigas.
3. Formamos un bolo y lo partimos por la mitad; una parte la aplastamos con las manos a modo de tortilla alargada y sobre ella colocamos una tirita de sangre (hervida previamente con sal) a cada lado, en el centro rodajitas de huevo duro; con la otra mitad, aplastada y hecha como la primera, tapamos la sangre y el huevo y le damos forma de bolo.
4. Freímos y después ponemos en una olla a hervir con agua, un poquito del mismo aceite frito, unos ajos asados, pimienta, laurel, perejil y sal. Una vez que los bolos se enternecen lo sacamos para servirlos en frío.

RESTAURANTES

Restaurante An Convento Santo Domingo

 Juan Jiménez Cuenca, 11  957 51 11 00

 www.hotelansantodomingo.com  santodomingo@grupoaguanevada.com

Plato destacado: Biscuit de higos con chocolate caliente

Precio: De 20€ a 30€

Restaurante Araceli

 Avenida del Parque, 10  957 50 17 14

Plato destacado: Pescados y mariscos frescos, cocina ibérica

Precio: De 20€ a 30€

Restaurante-Asador Los Bronces

 Ctra. Córdoba-Málaga, Km. 74  957 51 62 80

 www.hotellosbronces.com  reservas@hotellosbronces.com

Plato destacado: Codillo y cordero asado, carne a la piedra

Precio: De 20€ a 30€

Restaurante-Asador Manolo

 Ronda Llano de la Tinajería, s/n  957 59 10 60

Plato destacado: Cordero a lo pastoril, o a la caldereta y cochinito

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante-Asador Monte de Aras (La Manzana de Adán)

 Avenida Guardia Civil, 9  957 50 19 35

 www.asadormontedearas.com  lamanzanadeadan@lamanzanadeadan.com

Plato destacado: Cochinito y cordero lechal al horno de piedra

Precio: De 10€ a 20€

RESTAURANTES

Restaurante El Berrocal

 Polígono Ind. La Viñuela, 27  957 51 63 62

Plato destacado: Churrasco de cerdo

Precio: Menos de 10€

Restaurante El Polígono

 Ctra. Córdoba-Málaga, Km. 70 (Los Santos)  957 50 24 88

 info@hostalelpoligono.com

Plato destacado: Pescados variados y paella

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante El Kiosko

 Paseo de Rojas, 8  957 05 24 18

 inmorecintosl@hotmail.com

Plato destacado: Menú sefardí

Precio: Menos de 10€

Restaurante El Valle

 Federico García Lorca, 14  957 50 19 74

 www.restauranteelvalle.es  info@restauranteelvalle.es

Plato destacado: Rabo de toro, carnes a la brasa y pescados frescos

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante La Campuzana

 Ctra. Córdoba-Málaga, Km 469-600, ant. N331  957 51 63 22

Plato destacado: Salmorejo y flamenquin

Precio: Menos de 10€

dónde comer

dónde comer

RESTAURANTES

Restaurante La Estación

 Camino de la Estación, 21  957 51 31 36

Plato destacado: Bolo lucentino, láminas de sepia con setas

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Las Palomas

 Ctra. Córdoba-Málaga, Km. 75  957 50 11 50

 carlospalomas@hotmail.es

Plato destacado: Mero especial las palomas

Precio: Menos de 10€

Restaurante Mesón El Cortijo

 Ancha, 93  957 50 00 33

Plato destacado: Plato del cortijo

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Olympto

 El Peso, 36  957 59 00 72

 www.restauranteolimpito.com  info@restauranteolimpito.com

Plato destacado: Bacalao a nuestro estilo

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Las Tres Culturas

 Herrerías, s/n  957 51 04 51

 www.restaurantelastresculturas.com  reservas@lastresculturas.com

Plato destacado: Bacalao y arroces

Precio: De 20€ a 30€

RESTAURANTES

Restaurante Sierra de Araceli

 Ctra. Santuario de Araceli, Km. 4,1  957 33 46 66

 www.hotelsierraaraceli.com  hotelsierraaraceli@yahoo.es

Plato destacado: Huevos a la trilla, patatas bravas

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Suiza

 Ctra. Lucena-Jauja, Km. 8,5  957 59 16 10

Plato destacado: Conejo al ajillo y migas caseras

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Venta La Camila

 Ctra. Lucena-Jauja, Colina de la Virgen  957 50 07 04/691 41 93 12

 www.restauranteventalacamila.com  ventalacamila@hotmail.com

Plato destacado: Migas de bandolero, cochinillo, rabo de toro, perdiz encebollada

Precio: Menos de 10€

Restaurante Via Veneto

 El Peso, 18  957 50 04 25

 www.restauranteviaveneto.com

Plato destacado: Tournedó de la casa, pasta y pizzas

Precio: De 10€ a 20€

dónde comer

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Caramba Bar

 Alcaide, 10  957 05 24 50

Tapa destacada: Roscas, anchoas, patatas bravas

• *Precio:* Menos de 10€

Cervecería El Tonel

 Canalejas, 10  957 51 58 87

Tapa destacada: Montadito de lomo y flamenquín

• *Precio:* Menos de 10€

Cervecería La Caña

 Jaime, 7

Tapa destacada: Marisco, pescado frito y carne a la brasa

• *Precio:* Menos de 10€

Cervecería 100 Montaditos

 General Chavarre, 3  www.100montaditos.com

Tapa destacada: Montaditos y ensaladas

• *Precio:* Menos de 10€

Dehesa de Aras

 Barahona de Soto, 2

Tapa destacada: Jamón ibérico, salmorejo y tortilla de patatas

• *Precio:* Menos de 10€

Kiosko Bar La Rosaleda

 Plaza de España, s/n (El Coso)

Tapa destacada: Tacos de lomo de orza y pinchos variados

• *Precio:* Menos de 10€

BARES/CAFETERÍAS

Gamba de Oro

 Montenegro, 14  957 05 24 27

 www.lagambadeoro.es

Tapa destacada: Pulpo a la gallega, mariscos y bacalao

• *Precio:* Menos de 10€

La Toscana

 Canalejas, 5  957 50 21 08

 www.latoscanalucena.com  maria@latoscanalucena.com

Tapa destacada: Ibéricos, bolitas de flamenquín y ensaladilla

• *Precio:* Menos de 10€

Melilla

 General Alaminos, 63  650 718 758

Tapa destacada: Montaditos de jamón al horno y menú sefardí

• *Precio:* Menos de 10€

Mesón Cervecería Barriles

 El Peso, 23  647 95 87 27

 manatal1979@gmail.com

Tapa destacada: Pescados y mariscos, comida casera

• *Precio:* Menos de 10€

Mesón La Espuela

 El Peso, 12  957 50 09 71

 manolillo.17@hotmail.com

Tapa destacada: Tostas y crepes salados

• *Precio:* Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Mesón La Judería

 Flores de Negrón, 2

Tapa destacada: Ibéricos y pescado frito

• *Precio:* Menos de 10€

Mesón Llanete Santiago

 Santiago, 16, bajo

Tapa destacada: Conejo escabechado y pastel árabe

• *Precio:* Menos de 10€

Mesón Rafael

 Jaime, 13



685 52 76 23

Tapa destacada: Bolos lucentinos, solimillo a las tres salsas

• *Precio:* Menos de 10€

Plaza Mayor

 Flores de Negrón, 5



606 93 85 20

Tapa destacada: Sartenada de huevos con jamón

• *Precio:* Menos de 10€

Mesón-Cervecería La Posada

 El agua, 8



957 51 58 37

Tapa destacada: Tostas y carne de ternera del valle del Esla, carnes y pescados

• *Precio:* Menos de 10€

Cervecería-Restaurante La Cruz Blanca

 San Francisco, 87



620 808 834

 marsercla@hotmail.com

Tapa destacada: Riñones al Jerez

• *Precio:* Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Mesón El Tapeo

 Los Maristas, 5

 espanha.manolo.com@hotmail.com.es

Tapa destacada: Surtido de tapas a la plancha, pincho moruno con salsa Antón

• *Precio:* Menos de 10€

Taberna Cofrade "El Maero"

 San Francisco, 35

Tapa destacada: Bolos lucentinos y flamenquín casero

• *Precio:* Menos de 10€



La gastronomía de Luque supone uno de los reclamos turísticos más importantes para el visitante.

La gastronomía está muy relacionada con las fiestas de la localidad, Semana Santa, Corpus, Romerías, Semana Santa y relacionados también con la recogida y con la finalización de las aceitunas, con platos tan típicos como las naranjas en aceite.

Luque posee una de las gastronomías de la Comarca más interesantes y atractivas para el viajero.

Como es natural en la Subbética, el aceite, amparado por la Denominación de Origen de Baena, se encuentra en casi toda la gastronomía local.

La bebida típica de Luque es el resol, elaborada a partir de anís, café y canela. Roscos, piñonates, cachorreñas,... son sólo uno de los ejemplos de la cocina tradicional de este bello pueblo.

Sin duda en Luque el visitante podrá disfrutar del buen comer, en una cocina influida claramente por el mundo islámico pero también por el judío debido, sin duda, a nuestra cercanía con Lucena, haciéndola de ella un placer para todos los paladares.



Mojete de patatas

INGREDIENTES

- ◆ 3 dientes de ajo
- ◆ 1 cebolla
- ◆ 2 pimientos verdes
- ◆ 2 tomates maduros
- ◆ 1 ramita perejil
- ◆ 1 miga de pan
- ◆ 3 huevos
- ◆ 3 patatas

ELABORACIÓN

1. Ponemos a remojo la miga de pan dos o tres días. Freímos los ajos en láminas, la cebolla, los pimientos y los tomates todo troceado. Cuando esté pochado, le echamos la miga de pan y lo pasamos por la batidora.
2. Ponemos todo en una cazuela en el fuego y le añadimos el perejil, un litro de agua, para que se vaya haciendo la salsa. En otra sartén freímos las patatas a rodajas.
3. Cuando veamos que la salsa de la cazuela está espesa o trabada le estrellamos 3 huevos y una pizca de colorante, le añadimos sal al gusto y las patatas.
4. En dos o tres minutos lo apagamos y listo para comer.

dónde comer

dónde comer

RESTAURANTES

Mesón Casa Frasco

 Padrón, 6  957 66 74 97

Tapa destacada: Marisco, pescadito frito y carnes a la brasa

• Precio: De 10€ a 20€

Mesón El Convento

 Glorieta del Convento, 5  951 80 41 13

Tapa destacada: Cochifrito

• Precio: De 10€ a 20€

Mesón El Olivo

 Fuente Alhama, 48  655 97 55 25

Tapa destacada: Milhojas de berenjenas

• Precio: De 10€ a 20€

Mesón Las Delicias

 Paseo de la Delicias, 3  957 66 72 92

Tapa destacada: Conejo de monte al ajillo

• Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Acisclo

 San Isidro Labrador, 3  652 48 79 28

Tapa destacada: Fritura de pescado variada

• Precio: De 10€ a 20€

Restaurante La Plancha

 Plaza de España, 12  957 66 71 07

Tapa destacada: Calamares fritos

• Precio: De 10€ a 20€

RESTAURANTES

Restaurante Las Traviesas

 Pol. Ind. San Bartolomé, P-308  957 66 78 49/606 00 95 51

Tapa destacada: Potaje, cocido y salmorejo

• Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Manolito

 Ctra. N-432, Km. 343  957 66 76 98

Tapa destacada: Rabo de toro

• Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Nicols

 Estación de Luque; Pol.Ind. San Bartolomé  957 67 40 81

Tapa destacada: Salmorejo

• Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Nicols 2

 Estación de Luque; Pol.Ind. San Bartolomé  957 67 41 33

Tapa destacada: Revuelto de habas

• Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Santa Rita

 Monte Abuchite, s/n  957 67 40 81

Tapa destacada: Bacalao con pisto

• Precio: De 10€ a 20€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar Cafetería Las 4 Esquinas

 Marbella, 1  615 49 79 02

Tapa destacada: Calamares fritos

• Precio: Menos de 10€

Bar Cervecería Las Cañas

 Carrera, 22  957 66 70 34/696 95 18 31

Tapa destacada: Lomo de orza

• Precio: Menos de 10€

Bar Mercado El Perdi

 Plaza de España, s/n  625 04 31 64

Tapa destacada: Embutido ibérico

• Precio: Menos de 10€

Cafetería Bar Sevi

 Carrera, 1  957 66 72 39

Tapa destacada: Pizzas y bocapizzas

• Precio: Menos de 10€

Cafetería-Pastelería Hnos. Navarro

 Mármol, 15  957 66 71 21

Tapa destacada: Dulces artesanos

• Precio: Menos de 10€

El Qué Me Como

 El Olivo, 18  606 82 50 16

Tapa destacada: Cazuela de calamares

• Precio: Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Pub D 12

 Paseo de las Delicias, s/n  648 87 04 81

Tapa destacada: Tapas variadas

• Precio: Menos de 10€

Rincón del Buda

 Paseo de las Delicias, 2  669 91 73 53

Tapa destacada: Langostinos al whisky

• Precio: Menos de 10€

Snack Kaoba

 Alta, 118  692 60 09 94

Tapa destacada: Pizzas artesanas

• Precio: Menos de 10€



A caballo entre la Campiña Cordobesa y la Vega de Antequera la “Porra Crúa”, vence al salmorejo cordobés y a la Porra antequerana, por ser, entre otras cosas, bautizada por un excelente y preciado aceite, base principal de nuestra cocina.

Es en Semana Santa y Navidad donde la repostería local se transforma para deleitar nuestros paladares, tornándose en Borrachuelos, Flores, Roscos, etc.

Además, como en otros pueblos vecinos, entre San Blas y San Marcos, “afloran” los productos basados en la harina: hornazos, rosas de pan, etc.

Las viejas recetas tradicionales nos conducen a la elaboración de las sopaipas, barrigas de vieja ó los muy apreciados, porronchos, que se describen en estas páginas.

Y llegados los fríos, además del famoso “picaillo”, son los productos típicos de la matanza del cerdo, chorizo y morcilla los que condimentan nuestros paladares.



Porronchos

INGREDIENTES

- ◆ Jamón serrano en lonchas gorditas.
- ◆ Gambas crudas.
- ◆ Palillos de madera pequeños para brochetas.
- ◆ Aceite de girasol.

Para la masa:

- ◆ Harina de trigo sin huevo.
- ◆ 4 dientes de ajo.
- ◆ Sal.
- ◆ Perejil.
- ◆ Agua.
- ◆ Bicarbonato.
- ◆ Azafrán.

ELABORACIÓN

- 1.** Cortar las lonchas de jamón en tiras estrechas. Pelar las gambas. Coger una tira de jamón y pincharla por un extremo del palillo de brocheta. Luego pinchar la gamba por su lado más longitudinal y por encima del jamón, la enrollamos y ya tenemos la brocheta. Reservar.
- 2.** Para la masa necesitamos un bol. Pelamos los dientes de ajo y los echamos junto con una pizca de sal, el azafrán y un poco de bicarbonato. Verter la harina según la cantidad que queramos y luego poco a poco el agua. Lo batiremos hasta conseguir una masa espesa.
- 3.** Calentamos en una sartén honda el aceite a fuego medio, mojamos la brocheta en la masa hasta cubrirla, la freímos con el aceite caliente, mantenemos el palo cogido hasta que esté medio frita, luego soltamos la brocheta y cuando esté dorada la sacamos en un plato.

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

Bar Berrinche

 Alameda, 6

• Precio: Menos de 10€

Bar El Mellizo

 Remedios Cruz, 2  625 54 37 15

Tapa destacada: Porrunchos y aceitunas fritas

• Precio: Menos de 10€

Bar El Mosqui

 Estepa, 22  957 53 51 78

Tapa destacada: Delegao (flamenquín)

• Precio: Menos de 10€

Bar Los Monos

 Eras Altas, 1  957 53 52 42

• Precio: Menos de 10€

Bar M-15

 Molina, 26  957 53 54 21

Tapa destacada: Churritos de lomo

• Precio: Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERIAS

Bar Piscina Municipal

 Ctra. Palenciana- El Tejar Km. 0,3

• Precio: Menos de 10€

Man Vill Bar

 Arroyo, 27

Tapa destacada: Tornillos de jamón

• Precio: Menos de 10€

Mesón El Trabuco

 Granada, 12

• Precio: Menos de 10€



El aceite es el producto estrella de la gastronomía de esta localidad, amparada por la Denominación de Origen Protegida Priego de Córdoba, su frutado intenso, su amplia gama de aromas y su gran personalidad hacen de estos aceites el complemento perfecto para cualquier condimento, enriqueciendo nuestros paladares, aportando calidad a las mejores cocinas.

Existe una gastronomía próxima al visitante, rescatada de los hogares de la ciudad, auténtica y rica, destacando los flamencos, rabo de toro, cazón en adobo, revuelto de collejas...

En la repostería destacan los pestiños, empanadillas, el piñonate, cuajado de almendras, palillos de leche, dulce de membrillo, mostachos, polvorón de almendra y el turrolate.

Los platos tradicionales más frecuentes son los que utilizan en su elaboración las legumbres, carnes y verduras llamados potajes. Con los derivados de la matanza del cerdo se elaboran diversos productos destacando la morcilla de sesos, los asientos de lomo o los chicharrones. Una de las muestras más antiguas de tradición gastronómica es el relleno de carnaval: una laboriosa mezcla de carnes servidas como fiambre frío.

Salmorejo

INGREDIENTES

- ◆ 1 kg. tomate maduro
- ◆ 400 g. pan de trigo duro
- ◆ 2 dientes de ajo
- ◆ 50 g. de pimiento verde
- ◆ Sal
- ◆ 150 ml. de aceite de oliva
- ◆ Huevo cocido
- ◆ Jamón

ELABORACIÓN

1. Cortamos el pan en trozos y lo ponemos en un bol, añadimos los tomates pelados, el ajo y el pimiento. Dejamos reposar 2 horas.
2. Lo ponemos en un vaso triturador y le añadimos sal y aceite. Lo molturamos hasta conseguir una crema fluida, rectificamos de sal y conservamos en frío.
3. Para la guarnición picamos el jamón y huevo cocido y lo ponemos encima del salmorejo con un poco de aceite de oliva.

dónde comer

dónde comer

RESTAURANTES

Asador El Postigo



Manuel de Falla, 1 957 54 29 05
www.asadordelasubbetica.com elasador2010@gmail.com

Tapa destacada: Asados de ternera, espetos de pescado

Precio: De 10€ a 20€

Califato



Abad Palomino, s/n 653 970 496
restaurantelamilana@gmail.com

Tapa destacada: Rabo de toro, croquetas caseras

Precio: De 10€ a 20€

El Balcón del Abarve



Paseo de Colombia, 36 957 54 70 53
www.balcondeladarve.com info@balcondeladarve.com

Tapa destacada: Tortillitas de rabo de toro, paté de perdiz

Precio: De 10€ a 20€

El Europa



Gaspar de Montellano, 1 957 70 02 53
www.alojamientosfuentegrande.com contacto@alojamientosfuentegrande.com

Tapa destacada: Zarzuela de pescado, merluza a la vasca

Precio: De 10€ a 20€

El Virrey



Solana, 14 957 96 72 90
pasega8080@hotmail.com

Tapa destacada: Bacalao dorado y revuelto de collejas

Precio: De 10€ a 20€

RESTAURANTES

Hospedería Zahorí



Calle Real, 2 957 54 72 92
www.hotelzahori.es gemaaguilera@hotmail.com

Tapa destacada: Crujiente de lechón del valle, chanquetes al nido

Precio: De 10€ a 20€

Hostal Rafi



Isabel la Católica, 4 957 54 07 49
www.hostalrafi.es hostalrafi@hostalrafi.es

Tapa destacada: Rabo de toro, choto al ajillo

Precio: De 10€ a 20€

H. Huerta de las Palomas



Ctra. Priego-Zagrilla, Km. 3 957 72 03 05
www.zercahotels.com huertadelaspalomas@zercahotels.com

Tapa destacada: Ensalada de pera con jamón ibérico y queso de cabra

Precio: De 10€ a 20€

Hotel Río Piscina



Ctra. de Granada, s/n 957 70 01 86
www.hotelriopiscina.com info@hotelriopiscina.com

Tapa destacada: Pierna de cordero y salmorejo

Precio: De 10€ a 20€

Hotel Villa Turística



Aldea de Zagrilla Alta, s/n 957 70 35 03
www.villasdeandalucia.es priegodecordoba@reddevillas.es

Tapa destacada: Lomo de merluza al mozárabe, rabo de toro

Precio: De 10€ a 20€

dónde comer

dónde comer

RESTAURANTES

La Alhambra



🏠 Avda. de la Juventud, s/n ☎ 957 70 12 21

✉ restaurantealhambrapriego@hotmail.com

Tapa destacada: Carrillada ibérica, rabo de toro

• Precio: De 10€ a 20€

La Barbacoa Leo



🏠 Juan XXIII, 1 ☎ 957 54 05 08

✉ barbacoaleo@hotmail.com

Tapa destacada: Chuletón de ternera, pollo a la brasa

• Precio: De 10€ a 20€

La Cruz de la Vega



🏠 Polígono Industrial La Vega ☎ 625 58 63 04

Tapa destacada:

• Precio: De 10€ a 20€

La Estrella Roja



🏠 San Marcos, 30 ☎ 957 70 16 33

Tapa destacada: Pollos asados

• Precio: De 10€ a 20€

La Fuente de Zagrilla



🏠 Plaza La Fuente, Zagrilla Alta ☎ 957 70 37 34

@ www.zagrilla.es ✉ la_fuente.zagrilla@hotmail.es

Tapa destacada: Solomillo zagrillero, tarta de queso

• Precio: De 10€ a 20€

RESTAURANTES

La Milana



🏠 Crta. A-339 (Cabra-Alcalá la Real) ☎ 957 54 72 77

✉ restaurantelamilana@gmail.com

Tapa destacada: Revuelto de collejas, manitas de cerdo

• Precio: De 10€ a 20€

La Muralla



🏠 Abad Palomino, 16 ☎ 957 70 18 56

@ www.asadorlamuralla.com ✉ info@asadorlamuralla.com

Tapa destacada: Costillas y butifarra ibérica a la barbacoa

• Precio: De 10€ a 20€

La Puente Nueva



🏠 A-339 Cruce Aldea de la Concepción ☎ 957 54 35 45

Tapa destacada: Carnes a la brasa, pescados frescos

• Precio: De 10€ a 20€

La Ribera



🏠 Ribera, 8 ☎ 957 54 38 08

@ www.restaurante-laribera.com ✉ contacto@restaurante-laribera.com

Tapa destacada: Carrillada de cerdo al oporto, gambas al ajillo

• Precio: Menos de 10€

Los Álamos



🏠 Batán, 26 Zagrilla Baja ☎ 957 70 35 65

✉ arturoelbatan@hotmail.com

Tapa destacada: Cochinillo al horno, alitas de pollo

• Precio: De 10€ a 20€

dónde comer

RESTAURANTES

Mesón El Telar ⓘ

🏠 Buen Suceso, 2 📞 957 54 32 23
 @ www.restauranteeltelar.es ✉ ramon.zurita@hotmail.com

Tapa destacada: Carnes ibéricas

• Precio: De 10€ a 20€ •

Rest. Albergue La Tiñosa ⓘ

🏠 Fernando Martín, 6 📞 957 54 32 57
 @ www.alberguelatinosa.es ✉ info@alberguelatinosa.es

Tapa destacada: Pollo al ajillo, salmorejo cordobés

• Precio: Menos de 10€ •

Restaurante Casa Wang ⓘ

🏠 Plaza Palenque, 12 bajo 📞 957 54 29 73
 ✉ josewang367@gmail.com

Tapa destacada: Shou shi de salmón

• Precio: De 10€ a 20€ •

Río ⓘ

🏠 Río, 5 📞 957 54 00 74
 ✉ mvazc8@hotmail.com

Tapa destacada: Revuelto de collejas con gambas y jamón, rabo de toro

• Precio: De 10€ a 20€ •

Rigoletto ⓘ

🏠 Avda. España, 47 📞 957 54 08 59
 ✉ roberto.elparque@hotmail.es

Tapa destacada: Carpaccio de Ibérico, bacalao al horno

• Precio: Menos de 10€ •

dónde comer

RESTAURANTES

Varini ⓘ

🏠 Torrejón, 7 📞 957 54 90 37
 ✉ mvazc8@hotmail.com

Tapa destacada: Pizzas, lasañas y canelones

• Precio: De 10€ a 20€ •

dónde comer

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

BARES/CAFETERÍAS

Bar La Villa

 Abad Palomino, 13  675 64 52 24
 cafebarlavilla@hotmail.com

Tapa destacada: Albóndigas con tomate, tortilla de patatas con salmorejo

Precio: Menos de 10€

Dulces Coffee

 Río, 13 bajo  678 81 47 41
 dulcescoffee@hotmail.com

Tapa destacada: Tortillas y paté casero

Precio: Menos de 10€

Cafetería El Rincocillo II

 Doctor Balbino Povedano, 1  957 70 02 28
 www.elrincocilloii.es  Elrincocilloii@gmail.com

Tapa destacada: Patatas a lo pobre, chorizo picante

Precio: Menos de 10€

El Castillo

 República Argentina, 5  957 70 19 76
 losanex17@hotmail.com

Tapa destacada: Caracoles, callos

Precio: Menos de 10€

Café Museo de la Almendra

 Ctra. A-333, Km 6, Zamoranos  679 40 75 32
 www.almendrasmorales.com  museo@almendrasmorales.com

Tapa destacada: Salmorejo cordobés, pinchitos con salsa de almendra

Precio: Menos de 10€

El Niza

 Ntra. Señora de las Mercedes, 6
 geny_leti@hotmail.com

Tapa destacada: Croquetas caseras, flamenquines

Precio: Menos de 10€

Centro

 Casalilla, 1  605 32 07 86
 cafeteriacentro@hotmail.com

Tapa destacada: Calamares fritos, salmorejo

Precio: Menos de 10€

Gabana

 Antonio de la Barrera, s/n  696 55 42 86
 chiquii@gmail.com

Tapa destacada: Burritos

Precio: Menos de 10€

Guernica

 Antonio de la Barrera, s/n  656 97 27 27

Tapa destacada: Pinchitos

Precio: Menos de 10€

Croquetería El Postigo

 Antonio de la Barrera, 10  957 70 13 48
 croqueteriapostigo@gmail.com

Tapa destacada: Croquetas, desayunos, téis variados

Precio: Menos de 10€

La Pianola, Casa Pepe

 Obispo Caballero, 8  9578 70 04 09
 www.interpriego.com/pianola  maria-rafi@hotmail.com

Tapa destacada: Flamenquín casero de lomo, berenjenas con miel de caña

Precio: Menos de 10€

dónde comer

BARES/CAFETERÍAS

La Sierra Bar Mesón

🏠 Río, s/n, Aldea de la Concepción ☎️ 615 36 62 70

Tapa destacada: Lomo de orza, mojete de papas

• **Precio:** Menos de 10€

La Tabernilla

🏠 Málaga, 70 ☎️ 957 54 22 37

✉️ alvaromontes@hotmail.es

Tapa destacada: Salpicón de pulpo, flamenquín

• **Precio:** Menos de 10€

Los Morales

🏠 Dean Padilla, 7 ☎️ 957 54 15 42

Tapa destacada: Jamón asado

• **Precio:** Menos de 10€

Mesón Los Villares

🏠 Aldea de los Villares, s/n ☎️ 957 70 40 54

@ www.casasdelasubbetica.com ✉️ info@casasdelasubbetica.com

Tapa destacada: Rabo de toro

• **Precio:** De 10€ a 20€

Miguelín

🏠 Carrera de las Monjas, s/n

Tapa destacada: Flamenquín casero

• **Precio:** Menos de 10€

Peña Flamenca Fuente del Rey

🏠 Río, 50 ☎️ 691 55 94 68

✉️ info@balcondeladarve.com

Tapa destacada: Salmorejo, albóndigas de choco

• **Precio:** Menos de 10€

VINO FINO MONTILLA-MORILES



Nuestro vino se encuentra representado en la Denominación de Origen Montilla-Moriles, donde destaca el Pedro Ximénez, el fino, el amontillado y los vinos jóvenes, cuyas calidades vienen representadas por el reconocimiento del Consejo Regulador.



La Villa del Anís y de los dulces de Navidad envuelven en un mundo de aromas el sentir gastronómico desde el siglo XVII.

Esta dilatada tradición, junto a la mejora actual por ofrecer gran calidad en sus ofertas hace que sólo por degustar estos afamados productos sea de interés la visita a la localidad.

Asimismo, parte de la economía se basa en el cultivo del olivar, principalmente de Hojiblanca, produciendo aceite de oliva de primerísima calidad.

Los embutidos del lugar gozan de gran prestigio que junto a las comidas y tapas más populares (como las migas, el pizporrete, flamenquines, anchoas,..) pueden ser degustados en bares y restaurantes.

Los tradicionales y famosos pestiños, hojaldres o piononos rondan esta gran oferta gastronómica.



Rabo de Toro

INGREDIENTES

- ◆ 500 grs. de rabo de toro
- ◆ 100 cl. aceite de oliva virgen extra
- ◆ 2 zanahorias
- ◆ 2 cebollas
- ◆ 3 tomates pelados
- ◆ 2 hojas de apio
- ◆ 50 cl. de coñac
- ◆ 250 cl. de caldo de carne
- ◆ ½ cabeza de ajo
- ◆ 1 hoja de laurel
- ◆ 2 Uds. pimienta cayena
- ◆ 3 clavos enteros, azafrán en hebra, sal, pimienta en grano y molida.

ELABORACIÓN

- 1.** Limpiamos los rabos de toro de exceso de grasa y lo cortamos. Sazonamos con sal y pimienta molida. En la olla donde se vayan a cocinar, ponemos a calentar el aceite y freímos en él los rabos hasta que estén dorados. Echamos la zanahoria troceada, el apio, la cebolla, el tomate, los ajos y lo sofreímos todo.
- 2.** Una vez sofrito, echamos la pimienta en grano, las clavos y el laurel, flambeándolo todo con el coñac y dejándolo a fuego lento hasta que reduzca. Completamos con el caldo de carne y lo llevamos a ebullición a fuego rápido. Cuando empiece a hervir, cambiamos a fuego lento y lo guisamos hasta que veamos que la carne quede despegada del hueso.
- 3.** Dejamos reposar 2 días en el refrigerador y calentamos el guiso antes de servirlo.

dónde comer

dónde comer

RESTAURANTES

Barbacoa El Pantano

 Poblado del Pantano  957 53 82 89

 belenmuriel2@hotmail.com

Tapa destacada: Carnes a la brasa, tarta de queso

Precio: Menos de 10€

Bar Restaurante La Espuela

 Málaga, 32  957 53 91 75

 mesonespuela@hotmail.com

Tapa destacada: Flamenquines caseros y fritura de pescado

Precio: De 10€ a 20€

Mesón El Arriero

 Málaga, s/n  957 53 35 32

 mesonelarriero@gmail.com

Tapa destacada: Flamenquín grande, brocheta de pollo

Precio: De 10€ a 20€

Mesón El Patio

 Málaga, 25  639 11 18 12

Tapa destacada: Carrillada ibérica, pechuga a los cuatro quesos

Precio: Menos de 10€

Mesón Las Palmeras

 Málaga, s/n  629 68 13 50

 mesonlaspalmeras@hotmail.com

Tapa destacada: Medallones de solomillo en salsa de champiñón, ensalada tropical

Precio: De 10€ a 20€

Mesón Los Naranjos

 Blas Infante, 76  957 53 85 09

 do_go_so@hotmail.com

Tapa destacada: Berenjenas a la miel, perolita de gambas

Precio: Menos de 10€

RESTAURANTES

Restaurante Corazón Jardín

 Blas Infante, 104  957 53 87 38

 corazonjardin@hotmail.com

Tapa destacada: Tierra y mar, revuelto jardín

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante El Cortijo

 Las Piedras, 3, Aldea de las Piedras  957 53 90 51

 r-elcortijo@hotmail.com

Tapa destacada: Chivo a la burbunera, arroz caldoso con gallo de campo

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante El Mirador

 Ctra. Encinas Reales, Km 0,200  957 53 94 04

 direccion@miradorderute.com

Tapa destacada: Carrillada con salsa de romera, solomillo a la mostaza

Precio: Menos de 10€

Restaurante El Vado

 Ctra. Lucena-Rute, Km 14  957 33 45 05

 info@restauranteelvado.com

Tapa destacada: Codillo al horno de leña, sorbete de higos al perfume de Rute

Precio: Menos de 10€

Restaurante Juanito

 Duque, 22, Aldea de Zambra  957 59 89 72

 nuevo-juanito@hotmail.com

Tapa destacada: Patatas de lo pobre, pimientos de piquillo con bacalao y al whisky

Precio: Menos de 10€

Restaurante Las Salinas

 Pol. Ind. Las Salinas, s/n  957 53 28 31

 restaurantelassalinas@hotmail.es

Tapa destacada: Churrasco de pollo a la brasa, secreto a la brasa

Precio: De 10€ a 20€

RESTAURANTES

Restaurante M^a Luisa

 Ctra. Lucena-Loja, Km 22  957 53 80 96

 hotel@hotelmarialuisa.es

Tapa destacada: Codillo con cebolla en su jugo y gratén de patatas

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Primavera

 Blas Infante, 4  957 53 24 66

 tmcordon@hotmail.com

Tapa destacada: Solomillo al café de Paris, paella

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Venegas

 Blas Infante, 52  957 53 92 79

 venegas_5@hotmail.com

Tapa destacada: Rabo de toro, jamoncito de lechón al horno

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Villa de Zambra

 Ctra. Lucena-Rute, Km 10, Aldea de Zambra  957 59 89 75

 restaurantevilladezambra@gmail.com

Tapa destacada: Revuelto de la casa, tarta de queso

Precio: Menos de 10€

BARES/CAFETERÍAS

Bar Camping La Isla

 Poblado del Pantano, s/n  957 53 30 73

 campinglaisla@gmail.com

Tapa destacada: Calabacín a la plancha con queso curado, conejo chimichurri

Precio: De 10€ a 20€

Bar Jardín

 Granada, 65  605 10 38 67

 cervecerijardin@outlook.com

Tapa destacada: Anchoas, gambas fritas

Precio: Menos de 10€

Bar Restaurante Atalaya

 Córdoba, 7  957 53 28 49

 fsa19@hotmail.com

Tapa destacada: Albóndigas a la provenzal, carrillada de salsa de almendras

Precio: Menos de 10€

Cafetería El Cafetal

 Juan Carlos I, 42  678 61 53 28

Tapa destacada: Desayunos, mermeladas caseras

Precio: Menos de 10€

Cafetería El Horno

 Alfonso Cruz Ferreira, 7  957 53 80 71

 hornorute@gmail.com

Tapa destacada: Piononos, roscas de vino

Precio: Menos de 10€

Cafetería Galleros Artesanos

 Juan Carlos I, 4  957 53 22 29

 detodaconfianza@gallerosartesanos.com

Tapa destacada: Piononos, hojaldres y tartas

Precio: Menos de 10€

BARES/CAFETERÍAS

Cafetería Galleros Artesanos

 Fresno, 28  957 53 20 78

 detodaconfianza@gallerosartesanos.com

Tapa destacada: Piononos, hojaldres y tartas

• Precio: Menos de 10€

Cervecería Rincón del Parque

 Duquesa, 6 bajo  957 53 26 31

 rincondelparque.rute@gmail.com

Tapa destacada: Montaditos, chuletilas caseras

• Precio: Menos de 10€

Cervecería Vickyla

 Blas Infantes, 3  666 96 56 98

 cerveceriavickyla@gmail.com

Tapa destacada: Sartenada de solomillo, tierra y mar

• Precio: Menos de 10€

Pizzería Don Pollo

 Fresno, 5  957 53 81 08

Tapa destacada: Pizzas

• Precio: Menos de 10€

Pizzería El Borne

 Málaga, 1  957 53 83 84

 pizzeriaelborne@yahoo.es

Tapa destacada: Pizzas y rosas

• Precio: Menos de 10€

Pizzería Nueva Idea

 María Siendones, 4  957 53 80 63

Tapa destacada: Pizzas y rosas

• Precio: Menos de 10€

BARES/CAFETERÍAS

Taberna Azalea

 Toledo, 1  630 20 26 81

 tabernazalea@hotmail.com

Tapa destacada: Callos, carrillada en salsa

• Precio: Menos de 10€

Taberna Los Claveles

 Ronda de Fresno, 2  957 53 83 88

 sixto47@gmail.com

Tapa destacada: Gambas fritas, Chuletilas

• Precio: Menos de 10€



Zuheros ofrece una variada y apetitosa cocina local donde las cachorreñas y el chivo en salsa o el mojete y las setas rebozadas son un perfecto complemento para el visitante que busque tradición, historia y descanso o emociones fuertes en este pintoresco y fascinante pueblo de casas blancas.

Destaca también su afamado aceite con Denominación de Origen de Baena.

Mencionar también la elaboración de quesos de cabra artesanos que gozan de gran calidad. Todos los años se celebra *la "Fiesta del Queso Villa de Zuheros"*, a finales de septiembre, donde se pueden degustar quesos de cabra artesanos de muchos tipos y variedades.



Ensalada con queso de cabra

INGREDIENTES

- ◆ lechuga
- ◆ remolacha
- ◆ zanahoria
- ◆ cebolla
- ◆ 1 queso de cabra
- ◆ salmón ahumado
- ◆ anchoas del cantábrico
- ◆ nueces
- ◆ aceite de oliva virgen extra
- ◆ vinagre
- ◆ sal

ELABORACIÓN

- 1.** Cortamos la lechuga, la cebolla y la zanahoria, y lavamos todo bien.
- 2.** Cuando esta bien enjuagado lo depositamos en la ensaladera. Añadimos el salmón, las anchoas y las nueces. Por último calentamos unos segundos el queso para colocarlo inmediatamente después en el centro de la ensalada.
- 3.** Aliñamos un poco antes de servirla con sal primero, vinagre y por último un buen chorreón de aceite de oliva virgen extra.

dónde comer

RESTAURANTES

Asador Restaurante Los Palancos

 La Paz, s/n  957 69 45 86

Tapa destacada: Ensalada de perdiz escabechada

Precio: De 10€ a 20€

Hacienda Minerva

 Ctra. Zuheros- Doña Mencía, Km 9,8  957 09 09 51

Tapa destacada: Pastela mozarabe al estilo minerva

Precio: De 10€ a 20€

Mesón Atalaya

 Santo, 58  957 69 45 28

Tapa destacada: Queso gratinado

Precio: De 10€ a 20€

Quesería Restaurante Los Balanchares

 Ctra. A-318, Km 64  957 69 47 20

Tapa destacada: Quesos, carnes de caza

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Señorío de Zuheros

 Horno o Párroco Rafael Linares, 3  626 90 09 06

Tapa destacada: Carnes a la brasa

Precio: De 10€ a 20€

Restaurante Zuhayra

 Mirador, 10  957 69 46 93

Tapa destacada: Ensalada de verduras de la huerta con queso de cabra caramelizado

Precio: De 10€ a 20€



LA SUBBÉTICA

Mancomunidad de la Subbética

Ctra. Carcabuey a Zagrilla, Km. 5,750

Tel. 957 70 41 06

www.turismodelasubbetica.es

turismo@subbetica.org



subbetica



subbetica

LA SUBBÉTICA