

La cocina española

La cocina regional

La cocina española es muy variada. Cada región tiene sus especialidades.

En la costa el ingrediente principal de los platos regionales es el pescado: el "pescadito" frito de Andalucía, la zarzuela de pescado catalana, la merluza a la gallega o el bacalao a la vizcaína en el País Vasco. O las angulas, de todo el litoral.

En el interior, la carne más apreciada es la de cordero. También el cochinito (cerdo de pocos meses) asado al horno es un plato muy típico. El jamón de Jabugo, de la provincia de Huelva, es el preferido de la península.

En la mayoría de las regiones existe un guiso, muy similar en todas, que lleva legumbres -

garbanzos o judías - y carnes - tocino, chorizo y morcilla. Los más apreciados son la fabada asturiana y el cocido madrileño.

En zonas cálidas como Andalucía se toma una sopa fría de vegetales, el gazpacho.

Se cocina con aceite, generalmente de oliva, y se usa mucho el ajo.



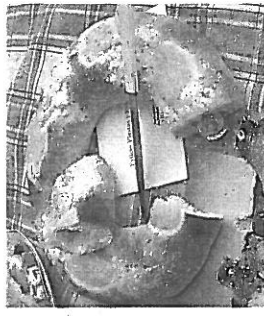
La especialidad de Galicia es la empanada. Se hace con carne o con pescado.

La paella es el plato más famoso de España y viene de la región de Valencia. Su nombre es, en realidad, el del recipiente en que se cocina. Se hace generalmente en el campo y con leña de naranjos. Los ingredientes básicos son arroz, verduras, pollo, aceite, azafrán.

Dulces

Los dulces están unidos a la cocina regional y se toman en fiestas religiosas, por ejemplo el 1º de noviembre se comen huesos de santo, un dulce de mazapán en forma de hueso.

En Navidades, el postre típico es el turron, dulce hecho con almendras y miel. También se comen polvorones, hechos con harina y manteca.

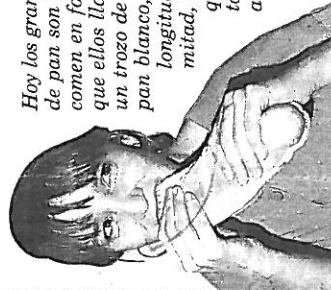


El día de Reyes se come el roscon, un bollo circular, que lleva dentro un pequeño objeto, una sorpresa.

Con pan y vino se anda el camino

En España se come acompañando la comida con pan. El más corriente es el pan blanco, de trigo, aunque comienza a venderse pan integral. Los españoles compran las barras de pan todos los días para poder comerlo recién hecho. El pan se suele comer sin mantequilla, pero se utiliza para untar las salsas o los nuevos fritos.

Hoy los grandes consumidores de pan son los jóvenes. Lo comen en forma de bocadillo que ellos llaman "bocata". Es un trozo de una barra de pan blanco, abierto longitudinalmente por la mitad, donde se pone queso, jamón, tortilla de patata, atún, sardinas o cualquier otra cosa.



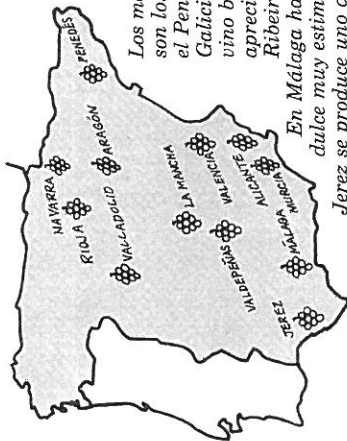
El vino, que se produce en casi todas las regiones, ha sido siempre la bebida tradicional de los españoles, aunque ahora la cerveza también es muy común.

En las comidas diarias el vino de mesa se mezcla con gaseosa y se convierte así en una bebida muy refrescante. La sangría también se hace con vino al que se añade gaseosa, hielo, algún alcohol fuerte y frutas.

Los mejores vinos tintos son los de Rioja, Valladolid y el Penedés.

Los mejores blancos son los de Rueda y el Penedés. En Galicia hay un vino blanco muy apreciado: el Ribeiro.

En Málaga hacen un vino dulce muy estimado y en Jerez se produce uno de los vinos más famosos del mundo. En general, el jerez se toma como aperitivo.



Quesos

El queso más conocido es el manchego, hecho con leche de oveja. Procede de La Mancha, pero ahora se hace en toda España.

Otros quesos muy conocidos son el cabrales, queso azul, de sabor fuerte; el idiazábal, ahumado, del País Vasco, y el de Burgos, un queso fresco muy apreciado. Algunos quesos se hacen con leche de cabra, pero la mayoría se hace con leche de vaca.

Las tapas

Las tapas, pequeñas raciones de comida, son una singularidad de los bares españoles. Tapas son trozos de jamón, calamares fritos, tortilla de patatas, ensaladilla rusa, gambas, pimientos rellenos, y otras muchas cosas.

Las tapas se comen de pie, junto a la barra, acompañadas de un vaso de vino o una cerveza, como aperitivo. A veces sustituyen a la cena.



¿Has probado algún plato español? Describe los ingredientes del plato.

Si no has tenido la oportunidad de tomar un plato español de los de estas páginas, ¿cuáles te gustaría probar? ¿Preferirías lo salado o lo dulce?

¿Qué se come?

El desayuno es muy ligero: café con leche, unas galletas o una tostada con mantequilla y mermelada. A media mañana, los trabajadores manuales se toman "el bocadillo" y los funcionarios, un café con leche.

La comida de mediodía es la más abundante. Se compone de un primer plato - un guiso, una sopa, pasta, verdura o ensalada - y un segundo, carne o pescado, y de postre se toma fruta, yogur o flan.

La cena va siendo cada vez más ligera: sopa, verdura o ensalada y una tortilla, un poco de pescado o embutidos. Y de postre, lo mismo que para la



Los que desayunan en un bar toman churros o algo de bollería con el café con leche.

comida. Las verduras se sirven aparte, como primer plato, unas veces sólo cocidas, otras salteadas con jamón o chorizo.