



Parque Natural Sierras de
Cazorla, Segura y Las Villas



INSTITUTO
DE TURISMO
DE ESPAÑA

Andalucía

Jaén
Paraíso interior

LOS SABORES DEL PARQUE NATURAL

GASTRONOMÍA DE LAS
SIERRAS DE CAZORLA,
SEGURA Y LAS VILLAS



ÍNDICE

PRESENTACIÓN	1
LAS RECETAS	7
LOS RESTAURANTES	25
LOS PRODUCTOS AGROALIMENTARIOS	41
MAPA DE UBICACIÓN DE LOS ESTABLECIMIENTOS	DESPLEGABLE

INFORMACIÓN SOBRE LOS RESTAURANTES



Precio medio
por persona

Hasta 18 €



entre 19 y 25 €



más de 25 €

Coordenadas geográficas (WGS84)





PRESENTACIÓN

LOS SABORES DEL PARQUE NATURAL SIERRAS DE CAZORLA, SEGURA Y LAS VILLAS

En la provincia de Jaén siempre se ha entendido la gastronomía como producto de su paisaje. La cocina giennense se entiende mejor cuando visitas este territorio. Los ingredientes, las recetas, los momentos del año en que se elabora cada plato..., cuentan cómo es esta provincia.

El eslogan de la gastronomía giennense ***“Los sabores, como los paisajes, no viajan...”*** explica que la producción culinaria está ligada a la tierra y a la cultura local y para entenderla hay que degustarla dentro del paisaje que la produce. Por ello, la gastronomía es uno de los principales atractivos turísticos giennenses. Las ciudades monumentales y los cuatro parques naturales se entienden todavía mejor desde los platos que se elaboran en cada uno de ellos.

En el Parque Natural Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas este hecho se acrecienta más si cabe, puesto que este conjunto montañoso –el espacio natural protegido más extenso de España–, ha hecho que su cocina se nutra de productos específicos y, sobre todo, que se adapte a las condiciones ambientales y culturales de las montañas más grandes del sur.

Los territorios de montaña en la provincia de Jaén han atesorado un patrimonio culinario que los cocineros del siglo XXI han sabido potenciar rescatando recetas, ingredientes, producciones en ocasiones

minoritarias para presentarnos hoy una oferta gastronómica actualizada pero basada el conocimiento de los fogones tradicionales.

Las setas, el mejor cordero, las truchas de los ríos más transparentes, la carne de monte, las hortalizas y frutas de variedades locales, las plantas aromáticas y el mejor aceite de oliva virgen extra, entre otros muchos productos autóctonos, han hecho el resto. Han traído el paisaje del Parque Natural Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas al plato de los visitantes más exigentes.

En esta nueva publicación se pueden encontrar tanto recetas tradicionales como nuevas versiones de los platos serranos, para que cuando el visitante regrese a casa siga saboreando el Parque. Además, incluye algunos restaurantes entre los muchos que se pueden encontrar dispersos por este espacio natural (ver <http://www.sierrasdecazorlaseguraylasvillas.es>). La información se completa con fábricas y establecimientos agroalimentarios donde se pueden comprar los distintos productos.

Esta guía será una buena compañera en la visita que realice el viajero a la provincia de Jaén, ocupando un lugar en su coche o en su mochila cada vez que vuelva al Parque Natural Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas.



LOS SABORES DEL PARQUE

OTRA FORMA DE CONOCER LOS PAISAJES DEL PARQUE NATURAL DE CAZORLA, SEGURA Y LAS VILLAS

Sabores y paisajes, identificados en una confabulación mágica, son los que articulan y vertebran la gastronomía del territorio que ocupan las Sierras de Cazorla, de Segura y Las Villas, territorio considerado por la UNESCO en 1983 como Reserva Mundial de la Biosfera, y tres años más tarde, en 1986, declarado Parque Natural Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas, el de mayor extensión de España.

Productos naturales entroncados en su paisaje son los que concretan en esta tierra y en sus gentes la cocina, tantas veces íntima, por la que el ser humano canaliza y da cauce abierto a su instinto de felicidad. No en vano es aquí donde nace el río Guadalquivir, legendario y antiguo Betis, padre de agua que dio y sigue dando vida a las esencias vitales del sur.

El Parque Natural Sierras de Cazorla Segura y Las Villas es una peculiar despensa que una vez abierta no deja de sorprender a quien se busca a sí mismo en los entresijos de la naturaleza. Guarda en ella el aceite de oliva virgen extra, la primera esencia que atempera la carne de su fauna: ciervos, gamos, cabras montesas, jabalíes, conejos, liebres, perdices, truchas de las variedades común y arco iris; o la más preciada de sus carnes: el cordero segureño, que atesora historias y leyendas centenarias de pastores trashumantes, de los que aún se conserva el

popular guiso de los *galianos* –que toma su nombre de la galiana o cañada por la que transita el ganado–.

Cuatro variedades de aceituna: picual, la autóctona royal, manzanilla y verdala, dan cuerpo a los aceites de cuya calidad velan dos consejos reguladores de denominaciones de origen: el de la Sierra de Segura y el de Cazorla, con el que se surten los *desayunos molineros*, esos que se toman sin prisa y sin pausa, empapando con parsimonia el pan en el aceite, y conservando cada cual su esencia mística y mágica, pero sobre todo empapándose de las lejanías próximas de los paisajes serranos. No hay sabores sin paisajes en estas tierras. Y a cada paisaje se le puede rescatar como en un cuento de leyenda un sabor oculto y cautivo.

Aceites que armonizan la flora hortícola de sus múltiples *pipirranas*: tomates, pepinos, pimientos, cebollas, patatas, judías verdes, habas, espárragos y collejas, pues ha de saberse que la *pipirrana* es como la verdad, que cada cual tiene la suya y la defiende y adereza como mejor puede. O la joya de todas sus setas: El *níscalo*, que aquí sus gentes llaman “guízcano”, y que en temporada de lluvias da sabor y presencia a guisos tradicionales como los *andrajos* –también llamados *calandrajos*, *tallarines*, *guñapos* o *harapos*–, o a populares platos como los *ajos*: el *ajo hachero*, recia comida con la que se alimentaban en otros tiempos los cortadores de pinos de esta tierra, que fue provincia marítima, y con cuyos árboles se construyeron las flotas de barcos de los califas de Córdoba, y más tarde la de los descubridores de América o de la Armada Invencible.

En estas sierras y villas la palabra ajo no siempre hace referencia al popular condimento de la familia vegetal de las liliáceas, sino que tiene también el significado de alimento machacado y triturado. Así lo vemos formando parte del nombre de multitud de platos tradicionales de la zona como es el *ajoharina*, de tanta presencia en lugares como Villacarrillo hasta el punto de identificar a sus habitantes, guiso éste que se elabora con patatas, harina, pimiento seco, tomates, ajos, sal, pimienta, matalahúva y aceite de oliva, y que tiene reminiscencias lejanas de las “pultes” romanas, la “sajina” y la “ásida” árabes. *Ajiche*, *ajoatao*, *ajohachero*, *ajomulero*, *ajo de bacalao*, o el muy popular *ajopringue* que se prepara durante las matanzas como agasajo a los presentes, conjugándose en él sabiamente las dos grasas presentes en nuestra dieta: la del hígado del cerdo y la del aceite de oliva.

Plato tradicional donde los haya es el de las *migas serranas* –vian-da de concordia a la que hace mención el refranero popular cuando para expresar que dos que no se llevan bien nos dice que “no hacen buenas migas”–, ya sean de pan o de harina, que encabeza la nómina de los guisos farináceos de la comarca, si bien encuentra su réplica en otro propio de la cocina serrana denominado *gachamiga*, que se les

apellida *ruleras* para expresar el movimiento con el que se las amasa a modo de una tortilla de harina y patatas, y que sirve de acompañante a cualquier tipo de aderezo o *engañifa*, que llaman aquí.

Son las viandas de la matanza del cerdo que se producen en la zona bajo la forma de *morcillas*, *chorizos*, *salchichones*, *jamones* y *lomos en adobo*, que aquí dicen de orza por el recipiente en el que se les conserva para que vayan durando todo el año, uno de sus mayores atractivos culinarios, junto a platos como el *fritao*, que en su modestia de hechura guardan los sabores inmensos de cualquier carne que se tenga a mano en la cocina, frita en aceite de oliva y aliñada con tomate también frito.

Comentario aparte merece la gastronomía en miniatura que representa el tapeo, pues en todos los bares de la zona puede degustarse la cocina tradicional en las pequeñas porciones que representan las tapas a modo de aperitivos. Cocina para ser hablada ante todo.

Vale la pena terminar las comidas aquí con cualquiera de las *mistelas*, *ratafías* y *licores* que se preparan con hierbas silvestres, que además de aligerarnos las digestiones del cuerpo, nos apaciguan las digestiones del alma en el transcurso de las sobremesas. Suelen acompañar o culminar suculentos postres de los llamados *caseros*, que así es denominada la dulcería no industrial que se elabora artesanalmente atendiendo a los viejos recetarios del lugar. *Bizcochos*, *pestiños*, *roscos de anís*, *flores de Semana Santa*, *mantecados*, forman la amplia variedad de las llamadas *frutas de sartén* serranas.

Una gastronomía natural que nos desvela uno de sus mayores secretos y el más apreciado de sus valores: El sabor de lo auténtico en el paisaje de una naturaleza única.

José María Suárez Gallego

*Experto en gastronomía y Presidente de la
Cofradía Gastronómica La Cuchara de Palo*

2010

En la Sierra es muy difícil elegir unos pocos platos, porque en el mayor parque natural de España caben más sabores de los que puedas imaginar.



*En esta ocasión, **José Lorente Polaina**, cocinero y propietario del Restaurante La Sarga, ha preparado una muestra de recetas muy original, con la intención de que conozcas la esencia de la gastronomía serrana, sin olvidar puntos de vista innovadores. En su propuesta, José siempre utiliza productos locales y se basa en recetas tradicionales, aunque las suyas son versiones enriquecidas.*

Además de hablarte de comida, con estos platos también queremos explicarte los modos de vida, la cultura y los paisajes de las Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas. Nos gustaría que los sabores también te ayuden a continuar tu viaje por el Parque Natural.



LAS
RECETAS

5
00B
00B

RIN-RAN

Es una de tantas recetas de la Sierra basada en productos de los huertos locales, enriquecida con el tradicional pescado de tierra adentro: el bacalao en salazón.

Este es un plato polivalente que se sirve como tapa, entrante, acompañante de otros o como plato principal. En su origen se preparaba en el tajo, trabajando en la huerta, **ajorrando** madera o en la cosecha de la aceituna.

Además de la base de la patata y el pimiento seco, incorpora los restos o recortes de la bacalada, como un ejemplo de la cocina tradicional más humilde.

Cuenta la tradición que cuando se preparaba el rin-ran en el campo siempre llovía.



ELABORACIÓN

Cocemos las patatas peladas y troceadas junto con los pimientos y un poquito de sal.

Una vez cocidas las pasamos por el *pasapuré*. Le incorporamos un majado de un diente de ajo, una pizca de cominos, que diluiremos con aceite de oliva virgen extra. El bacalao cortado en *brunoise* muy fina y lo mezclaremos todo bien. Rectificar de sal si fuera necesario.

Servir frío acompañado de huevo cocido, láminas de bacalao, aceitunas, cebolla tierna, naranja, etc...

- Patatas
- Pimientos rojos secos
- Bacalao
- Huevo cocido
- Ajo y cominos
- Sal y aceite de oliva virgen extra

PAN Y ACEITE CON DADOS DE RAF, RABANITOS TIERNOS, LÁMINAS DE BACALAO Y GERMINADOS DE CEBOLLA

*El pan y aceite, mejor virgen extra, es la combinación estrella de nuestra gastronomía. Su sencillez, pero también su sabor y su versatilidad le permite estar presente en desayunos, almuerzos camperos, meriendas y cenas, siempre acompañado, según la ocasión, de rábanos, aceitunas, habas crudas, **raspas** de bacalao, tomate, pepino, azúcar, chocolate o miel.*

*En la provincia de Jaén se conoce como **el hoyo**, en referencia a su forma de presentación: un hueco en una pieza de pan que se llena de aceite y se empapa con la miga antes extraída. A más calidad de aceite el sabor se multiplica.*

Asociado a épocas de penurias económicas, actualmente se ha revalorizado como ejemplo cardiosaludable de la dieta mediterránea, una magnífica alternativa a la hipercalórica de los más jóvenes. Del mismo modo es base para nuevas interpretaciones y presentaciones culinarias.



ELABORACIÓN

Dados de raf

Pelar los tomates quitar la semilla y cortar en dados, sazonar de sal y rociar aceite de oliva y dejar macerar.

Láminas de bacalao

Semidesalar el lomo de bacalao, limpiar bien de piel y espinas y dejar macerar con aceite de oliva y un par de dientes de ajo, un mínimo de 24 horas.

Pan y aceite

Cortar unas rebanadas de pan de hogaza lo más reciente posible, no demasiado finas y poner a tostar por ambos lados. Rociar con los dados de tomates. Poner unas láminas finas de los rábanos muy frescos y tiernos. En el centro, unas láminas de bacalao fino cortado, alcaparrones y unos aros de aceituna negra. Terminar con el germinado de cebolla y el cebollino. Aliñar con aceite de oliva virgen extra y salpicar con unas gotas de vinagre balsámico.

- Pan de hogaza
- Aceite virgen extra de las Denominaciones de Origen Sierra de Cazorla o Sierra de Segura
- Tomates Raf
- Rabanitos tiernos
- Bacalao
- Germinados de cebolla
- Cebollino
- Alcaparrones
- Aceitunas negras
- Vinagre balsámico, etc.

LOMO EN ORZA CON PAPAS A LO POBRE

Este plato representa el modo de vida tradicional de la Sierra. Antes la carne estaba menos presente en el menú y provenía ocasionalmente de la caza y, en mayor medida, de la matanza. La carne del cerdo se conservaba como embutido, en salazón, o se cocinaba y se envasaba sumergida en el aceite de freír, como este lomo de orza –recipiente cerámico de gran tamaño–.

Hasta su consumo, las orzas, los embutidos y demás productos semiperecederos se almacenaban en las **fresqueras**, pequeñas despensas que ocupaban el lugar más umbrío del cortijo o la casa del pueblo. Esta conservación solía perder efectividad con las semanas y el lomo se agriaba a partir del tercer mes. La peor calidad de la carne hace que, actualmente, el lomo se estropeó incluso antes.

El huerto se hace presente en el plato con las patatas que suavizan y quitan sequedad al lomo.



ELABORACIÓN

Se trocea el lomo en tacos de seis centímetros de grosor aproximadamente.

En un recipiente se pone una cantidad de agua suficiente para cubrir el lomo. A continuación se deshace la sal en el agua y se añaden los ajos majados, el orégano, pimentón, la pimienta molida, el clavo, canela, laurel y los cominos, el vino de Jerez y una ramita de tomillo. Introducimos los tacos de lomo y lo dejamos macerar un mínimo de 48 horas.

Pasado este tiempo lo ponemos a escurrir bien y lo freímos en abundante aceite a fuego moderado hasta que esté bien hecho, pero no demasiado dorado. Lo sacamos y lo dejamos enfriar.

Una vez esté bien frío lo ponemos en recipientes y lo cubrimos con el mismo aceite en el que hemos frito el lomo. Actualmente se usan botes de cristal, antes se conservaba en orzas de barro, de ahí su nombre. Se sirve frío cortado en láminas no muy delgadas.

- 1 Cinta de lomo
- Orégano
- Pimienta negra y pimienta molida
- Pimentón dulce
- Clavo molido
- Canela en rama
- Laurel y tomillo
- Ajos
- Cominos
- Vino de Jerez
- Aceite de oliva virgen extra y sal

PATÉ DE CORDERO SEGUREÑO ECOLÓGICO

*El cordero sureño es uno de los tesoros culinarios, no sólo del Parque Natural, sino de Andalucía. Cada día está más valorado por la importante labor que está desarrollando la asociación de ganaderos que han constituido la **Indicación Geográfica Protegida del Cordero de las Sierras de Segura y la Sagra**, además de otros ganaderos, que dentro y fuera del parque están realizando una crianza ecológica de esta cabaña ganadera autóctona.*

Este paté es una novedad, pues se elabora con los higados del cordero. En la provincia de Jaén hay otros patés de reconocido prestigio, como el de perdiz. El de cordero viene a completar esta lista.

La forma más frecuente de encontrar el cordero será al horno o incorporado en otros platos tradicionales.



ELABORACIÓN

Poner a macerar durante 6 horas los higaditos troceados y limpios y el tocino junto al laurel, el tomillo, la pimienta y el vino.

Pochar en aceite de oliva virgen extra las manzanas –peladas y laminadas–, incorporar los higaditos y el tocino y seguir pochando a fuego suave. Flamear con el brandy y añadir el resto de la maceración y las especias.

Triturar todo bien, sazonar con nuez moscada y rectificar de sal. Añadir los huevos batidos, echar en molde y terminar su elaboración en horno al baño María.

Presentar acompañado de manzana caramelizada o bien mermelada de manzana y rociado de aceite virgen extra.

- ½ kg. de manzanas
- 1 kg. de higaditos de cordero sureño
- 150 gr. de tocino ibérico
- 1 rama de tomillo
- 10 grs. de pimienta
- 1 vaso de vino Málaga
- 1 copa de brandy
- 2 huevos
- Nuez moscada
- Aceite de oliva virgen extra y sal
- Laurel

RULO DE CABRA CARAMELIZADO SOBRE PAN DE ESPECIAS CON MERMELADA DE CEBOLLA

*Esta es una versión elaborada de una merienda de pastores, una comida salida de las **talegas** o las **capachas** de los trabajadores en el tajo.*

Si hay un queso representativo de estas sierras y de la provincia de Jaén, ése es el queso de cabra. El aprovechamiento principal del cordero segureño es su carne. La leche que más se ha usado aquí para elaborar queso es la de cabra.

En Pozo Alcón, al sur del Parque Natural Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas, se siguen ofreciendo quesos elaborados artesanalmente –ver capítulo de productos agroalimentarios– que te servirán para elaborar esta receta.



ELABORACIÓN

Cortamos el queso en rodajas de aproximadamente 1 cm. de grosor. Esparcimos el azúcar sobre el queso y con la ayuda de un soplete de cocina caramelizamos.

Una vez caramelizado, lo ponemos sobre el pan de especias y sobre el queso. A su vez, sobre éste añadimos una pequeña cantidad de mermelada de cebolla junto con unos germinados de cebolla y complementamos la decoración a gusto propio.

- Queso de rulo de cabra
- Pan de especias
- Mermelada de cebolla
- Germinados de cebolla
- Azúcar

TRUCHAS EN ESCABECHE

En estas sierras se acostumbra a comer las truchas de los ríos locales el mismo día de la captura, pero cuando la pesca es abundante, el escabeche es una solución para conservar el pescado durante un corto periodo de tiempo, sólo algunos días.

El escabeche se puede consumir en frío. Además, por su condimentación tiene un carácter refrescante en la boca.

Normalmente se ofrecen truchas de piscifactoría –variedad arco iris– que se asemejan a las capturadas en río, la trucha común autóctona.



ELABORACIÓN

Se sazonan las truchas, se enharinan y se fríe, en aceite fuerte y reservamos. En el aceite restante echamos la cebolla cortada en juliana, la zanahoria laminada, los ajos, el laurel, la pimienta, rama de tomillo, romero, clavo y pochamos a fuego lento.

- 4 truchas
- 2 cebollas medianas
- Unos dientes de ajo
- Laurel, 1 ramita de tomillo y romero
- Unos granos de pimienta,
- 1 clavo
- Pimentón dulce, sal, vino blanco, vinagre y aceite de oliva virgen extra

Añadimos pimentón dulce y un vasito de vino blanco, dejamos reducir e incorporamos agua. Dejamos cocer por espacio de 10 ó 15 minutos y rectificamos de sal. Le echamos el vinagre al gusto, dejamos cocer 5 minutos y le rociamos el escabeche a las truchas, cubriéndolas y dejando macerar, antes de consumirlas, no menos de 24 horas.

AJO BLANCO DE PIÑONES CON EMULSIÓN DE ROYAL, BRUNOISSE DE CIRUELAS MONJILLAS, SÉMOLA DE PIÑÓN Y BROTES TIERNOS DE HINOJOS

En este plato se reúnen distintos sabores del paisaje del Parque Natural: las cada vez más escasas frutas locales de los huertos de montaña –ciruelas monjillas–, el sabor de los pinares aportado por los piñones y la variedad de aceite Royal, muy extendida en los olivares de la comarca de Cazorla.

Tan importante como el ajoblanco es la calidad de la guarnición. Caben dos posibilidades: hacerlo líquido como plato refrescante –más extendido–, o bien darle más textura, como una crema, que es el caso de la receta que proponemos.



ELABORACIÓN

Poner en el robot de cocina-picador los piñones, ajo, pan, sal, vinagre y un poquito de agua mineral y batir todo hasta obtener una crema homogénea. Incorporar el aceite poco a poco y el resto de agua mineral.

Rectificar de sal y vinagre, pasar por colador chino, reservar y servir.

Guarnición

Brunoise de ciruelas, sémola de piñón (tostar los piñones y los rallamos), brotes tiernos de hinojos.

Presentación

Ponemos la sémola de piñón en el centro de un plato hondo, al lado la brunoise de ciruelas y los brotes tiernos de hinojos. Presentamos el ajo blanco en una jarrita.

- 300 gr. de piñones
- 1 diente de ajo
- 50 gr. de pan del día anterior
- 200 gr. de aceite de oliva virgen extra (se propone variedad Royal)
- 750 gr. de agua mineral
- Vinagre de Jerez
- Sal

MILHOJAS DE BERENJENAS CON QUESO FRESCO Y MIEL DE CAÑA

La berenjena está presente en muchos platos, como parte de pistos, o en distintos guisos y frituras, acompañando a la carne de monte, dadas sus cualidades como favorecedor de la digestión de carnes y grasas.

En esta ocasión, se nos ofrece una posibilidad diferente de mezclar el sabor de las berenjenas de temporada con el queso del país.



ELABORACIÓN

Cortar en láminas finas las berenjenas, sazonar, pasar por harina, escurrir completamente y freír en aceite bien caliente.

Montar las milhojas intercambiando láminas de berenjenas y láminas finas de queso, empezando por berenjena y terminando por la misma.

Meter en el horno o en el microondas unos minutos, para gratinar. Por último, rociar de miel de caña templada.

- **Berenjenas**
- **Queso fresco**
- **Miel de caña**
- **Harina**
- **Aceite de oliva virgen extra**
- **Sal**

TALARINES CON CONEJO

Este es uno de los mejores ejemplos sobre cómo el paisaje explica los platos de estas sierras. Tradicionalmente en cada cortijo se cultivaban rodales de cereal para el consumo doméstico. Los almendros salpicaban los campos de cultivo. En el corral de cada casa o en un rato de caza, siempre se encontraba un conejo que echar a la cazuela.

El paisaje tradicional era un mosaico de pequeños cultivos de cereal que salpicaban los montes y los bosques. La gastronomía se alimentaba de los ingredientes de ese paisaje, en el que tampoco faltaban huertos de temporada de donde se obtenían otros sabores y olores como el de la hierbabuena. Así, según la estación del año, se añadían judías verdes de esos huertos o níscalos del monte.

Tanto se relaciona este plato con el paisaje, que cuentan que la carne del conejo a veces se sustituía por la de ardilla (hoy especie protegida), sabor que ya nunca se incorporará a este plato.



ELABORACIÓN

Refreímos el conejo por espacio de diez minutos. Le añadimos las patatas, el pimiento verde troceado, el tomate partido y el laurel. Lo dejamos refreír y le echamos un majado con los ajos, el perejil y las almendras. Le agregamos dos litros de agua y dejamos cocer.

Hacemos la masa y la estiramos con un rodillo, dejando láminas lo más finas posibles. Incorporamos. Cuando estén en ebullición, dejamos cocer. Sazonamos con hierbabuena y rectificamos de sal.

- ½ kg. de conejo troceado
- 1 kg. de patatas
- 2 tomates maduros
- 1 pimiento verde
- 2 hojas de laurel
- 6 dientes de ajo
- 10 almendras
- Perejil
- Hierbabuena
- Sal

Para la masa de los talarines

- 200 grs. de harina
- 1 dl. de agua
- 3 grs. de sal

TRONQUITOS DE LOMO DE JABALÍ EN ADOBO CON ESPÁRRAGOS Y PATATAS

Las patatas han sido las salvavidas de los pucheros. Aportaban el volumen y la energía a los platos. Aunque la carne no fuera muy abundante, con su participación el guiso cundía y llenaba tantos platos como fuera preciso.

La carne de jabalí nos trae a la mesa toda la fuerza de la sierra y admite un adobo cargado de ingredientes. El jabalí tiene muchas presentaciones, pero aquí llega acompañado del espárrago verde, recolectado uno a uno en largos paseos por los montes.



ELABORACIÓN:

Machacar bien todos los ingredientes en el mortero. Añadir más tarde el pimentón, el vino, el aceite y el vinagre.

El lomo se sazona y se cubre con el adobo, se dejan macerar 48 horas y, por último, se fríe en aceite de oliva virgen extra.

Presentar acompañado de espárragos y patatas.

- 1 kg de lomo de jabalí
- 6 dientes de ajo
- 1 ramita de perejil
- 2 hojas de laurel
- 1 ramita de tomillo
- 10 grs. de pimienta
- Una pizca de orégano
- Una pizca de cominos
- 1 cucharadita de pimentón
- 1 dl. de vino blanco
- ½ dl. de aceite de oliva virgen extra
- 1 chorreón de vinagre

GACHAMIGA

Este es otro ejemplo de la gastronomía cerealista de Jaén. Otra forma de presentar una masa frita de harina. Un plato sencillo que admite según la época del año todos los acompañantes que se encontraban en la alacena.

Es una propuesta de cocina pobre pero imaginativa, que ofrece un plato casi sin ingredientes, un plato energético para engañar al estómago en las largas jornadas de trabajo forestal y en los descansos con el ganado. La gachamiga, como otros platos, se consumía comiendo por turno alrededor de la sartén.



- Harina
- Ajos
- Aceite de oliva virgen extra
- Agua
- Sal

ELABORACIÓN

Hacer una *gacheta* con la harina, agua y sal. Poner la sartén al fuego y freír los ajos, dándole un corte en el medio y retirar.

Añadir la *gacheta* de harina y darle vueltas y mover hasta que queden sueltas, *espiscadas* y crujientes.

Servir acompañadas de la guarnición, pimientos verdes y secos fritos, chorizos, panceta, frutas variadas, boquerones, sardinas, etc...

Guarnición

- Pimientos fritos, verdes y secos, conocidos como *pajarillos de huerta*
- Cáscaras de pepinos secas y fritas, tradicional acompañamiento serrano
- Tomates secos
- Chorizo y panceta
- Frutas variadas (uvas, melón, cerezas...)
- Boquerones, sardinas, aceitunas aliñadas...

ALCACHOFAS NATURALES EN SALSA DE ROMERO CON PATATITAS NUEVAS Y PASAS DE CORINTO

En la gastronomía de la provincia de Jaén es frecuente encontrarse con las alcachofas, presentadas de muy distintas formas. Ahora estamos ante una variación con aromas de la Sierra.

La alcachofa es crujiente (si se toma asada), succulenta, jugosa y fina, con una gran combinación de sabores, dotada de un ligero amargor y un toque final dulce.

En esta ocasión, y haciendo gala a sus cualidades, estamos ante un plato de contrastes, con una combinación perfecta entre ingredientes. Al cuerpo de las alcachofas se une el aroma del romero y el dulzor de las pasas, consiguiendo un resultado bien trabado con el tomate y las cebolletas, de sabor inigualable.



ELABORACIÓN

El pan se fríe en el aceite y se retira. Añadir las cebolletas cortadas en trozos medianos y rehogar junto con las ramitas de romero. Añadir los tomates en trozos sin piel ni semillas. Una vez rehogado, añadir las alcachofas peladas –sólo la parte blanca–, cuarteadas, retirando la pelusa interior y untadas de limón.

Salpimentar y rehogar durante unos minutos. Agregar un majado hecho con los piñones y la rebanada de pan frito. Cubrir de agua y dejar cocer hasta que estén tiernas. Rectificar con sal y, al servir, echar por encima las pasas y las patatas.

- 1 kg. de alcachofas
- 2 tomates maduros
- 100 gr. de cebolletas frescas
- 100 gr. de patatas
- 10 gr. piñones
- 10 gr. de uvas pasas sin semillas
- Unas ramitas de romero
- Aceite virgen extra de oliva
- 1 limón
- Sal y pimienta molida
- 1 rebanada de pan del día anterior

LOMO CURADO AL TOMILLO Y CECINA DE CIERVO CON CHIPS VEGETAL

Un plato sencillo, basado en el producto. Exquisito donde los haya.

*Los crujientes de diferentes verduras son el sustituto de las localmente conocidas como **patatas hojarascás**, la versión local de las patatas chips, que ayudan a comer este tipo de carne un poco ahogada.*



ELABORACIÓN

Presentar en un plato, en láminas finas, el lomo y la cecina de ciervo. Rociarlo con aceite de oliva virgen extra y decorar con los chips vegetales.

- *Lomo curado de cerdo al tomillo*
- *Cecina de ciervo*
- *Aceite de oliva virgen extra*
- *Chips vegetales –nabo, zanahoria, yuca, plátano macho, nabo, remolacha...*

BACALAO ENCEBOLLADO

Salvo las truchas frescas, aquí el pescado se consumía y conservaba tradicionalmente en salazón. Así, el bacalao tiene mucha raigambre en la provincia de Jaén, aún más en las zonas de montaña, que por su mayor aislamiento sólo podían abastecerse de pescado de mar en salazón.

De esta manera el bacalao encebollado es un clásico de muchas cocinas regionales españolas, que se han aprovisionado de salazones para disponer de pescado, y en particular del bacalao. La singularidad de este encebollado es el aroma del tomillo y el majado que se le incorpora.



ELABORACIÓN

Pasamos el bacalao, ya desalado, por harina y lo freímos en aceite fuerte.

En el mismo aceite en el que hemos frito el bacalao echamos las cebollas cortadas en juliana, junto con el laurel y el tomillo y dejamos pochar. Añadimos los tomates, sin piel ni semillas.

Preparamos un majado con los ajos, el perejil, el azafrán, las avellanas y la rebanada de pan frito. Lo incorporamos y le añadimos agua, dejándolo cocer unos minutos y rectificamos de sal. Le echamos la salsa al bacalao y dejamos cocer diez minutos más.

- 1 kg. de bacalao desalado
- ½ kg. de cebollas
- 2 tomates maduros
- 1 hoja de laurel
- 1 ramita de tomillo
- 1 rebanada de pan frito
- 4 dientes de ajo
- Unas hebras de azafrán
- 5 avellanas
- Harina y sal
- Aceite de oliva virgen extra
- Agua

LOMITOS DE CORDERO A LA TRUFA

Aparte de alguna intentona de micorrización –simbiosis entre un hongo y las raíces de algunos árboles– con trufas negras en Santiago de la Espada, al norte del Parque Natural, este ingrediente sigue siendo exótico, a pesar de que al parecer estas sierras podrían ser un hábitat para este hongo de aprovechamiento gastronómico.

*Los lomos de cordero también se preparan de manera parecida con **boletus edulis**, una seta comestible que en otoño se encuentra en los pinares de la Sierra. Ya sea con setas o con trufa es una buena manera de disfrutar del cordero segureño de crianza ecológica.*



ELABORACIÓN

Se ponen a dorar los lomos por ambos lados, sobre dos cucharadas de aceite. Añadir la trufa laminada y la media copa de vino Málaga. Reducir e incorporar la salsa de carne y la crema de leche. Dejar reducir unos minutos y servir al momento.

- 4 lomos de cordero ecológico (trozos de chuletas de cordero sin hueso enrollados y recubiertos con una lámina de bacón)
- Media copa de vino “Málaga”
- 10 gr. de trufa blanca natural
- 4 cucharadas de salsa de carne
- 4 cucharadas de crema de leche
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal y pimienta

GACHAS DULCES DE MATALAHÚVA

Este es el postre de la festividad de Todos los Santos. Un dulce contundente por su sabor y por su masa.

Es otro de los platos asociados a las épocas de escasez, donde las masas de harina saciaban y aportaban energía, pero nutrían poco. De cualquier manera, este recuerdo no resta interés a uno de los postres favoritos de los más golosos.

Otro uso extraculinario, pero tan extendido como el postre, es la broma pesada que se hacía, y se sigue haciendo, con la masa de las gachas. Esos días de principio de noviembre los zagales taponan las cerraduras con la masa fresca, que cuando se endurece bloquea el acceso a la escuela o a la casa de ese vecino cascarrabias que les regaña el resto del año.



ELABORACIÓN

Rehogamos la matalahúva y la harina en la sartén, con aceite bien caliente. Mojar con la leche y el agua el rehogado anterior. Dejar cocer sin parar de mover, procurando que quede muy fina y que nunca espese mucho.

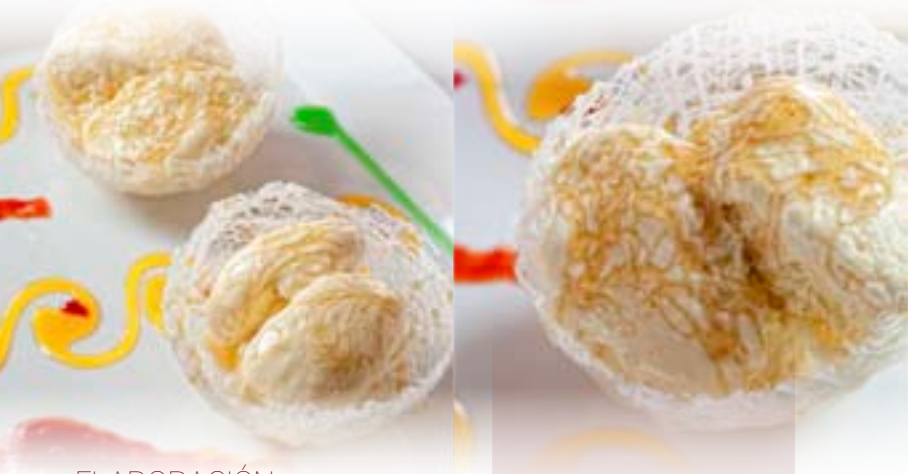
En este punto, añadir azúcar y los pequeños costrones de pan frito.

- ½ kg. de harina
- 1 litro de leche
- 2 dl. de aceite de oliva virgen extra
- ½ litro de agua
- 300 gr. de azúcar
- 100 gr. de pan para costrones
- 1 cucharadita de café de matalahúva

HELADO DE MIEL SOBRE NIDOS DE CARAMELO Y MERMELADA DE PIMIENTOS ROJO

La miel es un clásico en las zonas de montaña de Andalucía. El pimiento rojo es un cultivo que se ha prodigado por la provincia de Jaén en las dos últimas décadas. Introducido por los emigrantes temporeros que antes marchaban a cultivarlo y recogerlo al norte de España. Ahora se cría en las vegas altas del Guadalquivir de nuestra provincia.

Dos ingredientes bien distintos para un postre sofisticado. Este es un ejemplo del nuevo estilo de cocina que se instala en el Parque Natural Sierras de Cazorla, Segura y Las Villas, recuperando sabores tradicionales e incorporando ideas y productos nuevos.



ELABORACIÓN

Helado de miel: batir las yemas con la miel hasta que estén bien espumosas. Calentar la leche y la nata, hacer una crema inglesa a 85° C. Enfriar y turbinar en la heladora.

Nidos de caramelo: hacer un caramelo con el azúcar y la glucosa y hacer los nidos.

Mermelada de pimiento rojo: triturar los pimientos y la zanahoria, incorporar el zumo de limón y el azúcar. Dejar cocer todo y, una vez conseguida la textura deseada, triturar bien, tamizar y reservar.

Chocolate: fundir la cobertura y realizar rejillas, tubos... al gusto.

Presentación

Decorar el plato –siropes– formando frutas. Poner en el centro del nido de caramelo el helado de miel, el chocolate y unos hilos de mermelada de pimiento rojo.

Para el helado de miel

- 500 ml. de leche
- 500 ml. de nata
- 10 yemas de huevo
- 185 gr. de miel de romero

Para los nidos de caramelo

- 150 gr. de azúcar
- 150 gr. de glucosa

Para la mermelada de pimiento rojo

- 500 gr. de pimiento rojo
- 500 gr. de azúcar
- 2 zanahorias
- 1 limón

Otros

- Cobertura de chocolate

LOS RESTAURANTES



CASA ARTURO



Calle La Feria, 20. 23280 - Beas de Segura
953 424 278 - 953 425 482
www.laveguilla.es

Descanso: miércoles

LA SARGA



Plaza del Mercado, s/n. 23470 - Cazorla
953 721 507
www.hotelescazorla.com/sarga/index.htm
rtlasarga@telefonica.net

Descanso: lunes noche y martes

LATITUD
(WGS84)

37,91225

LONGITUD
(WGS84)

-3,00375



MESÓN DON CHEMA



*Calle Doctor Muñoz, escalera del Mercado, s/n
23470 - Cazorla
953 720 068*

Abre a diario (verano). Resto del año cierran los martes

LATITUD
(WGS84)

-3,002933333

LONGITUD
(WGS84)

37,91238333



MESÓN RURAL LEANDRO



*Calle La Hoz, 3. 23470 - Cazorla
658 892 824
www.castillocazorla.com*

Abre a diario (verano). Resto del año cierran los miércoles

LATITUD
(WGS84)

-2,999966667

LONGITUD
(WGS84)

37,90833333



PARADOR EL ADELANTADO



Carretera del Sacejo, s/n. 23470 - Cazorra
953 727 075

www.parador.es

cazorla@parador.es

Cierra entre el 20 de diciembre y el 8 de febrero

LATITUD
(WGS84)

-2,962033333

LONGITUD
(WGS84)

37,90323333



EL COTO DEL VALLE



Carretera del Tranco, A319, Km. 34,3
23470 - Cazorra

953 124 067

www.hotelcotodelvalle.com

reservas@hotelcotodelvalle.com

Abre a diario

LATITUD
(WGS84)

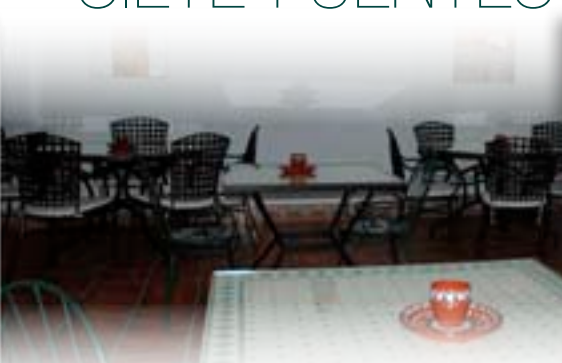
-2,933366667

LONGITUD
(WGS84)

37,92868333



CASERÍA SIETE FUENTES



Aldea de Cuenca. 23486 - Hinojares, Cuenca
953 718 206 - 606 395 172
www.caseria7fuentes.com
info@caseria7fuentes.com
Abre a diario

LATITUD
(WGS84)

-2,9702

LONGITUD
(WGS84)

37,73713333



EL TEMPLARIO



Carretera del Tranco, A319, Km. 16,300
23476 - La Iruela
685 137 316

EL MESÓN



Carretera del Tranco, A319, Km. 38
 23478 - La Iruela. Arroyo Frío
 953 727 270

Cierra los martes y el mes de enero

LATITUD
(WGS84)

-2,920716667

LONGITUD
(WGS84)

37,94638333



EL CURRO



Carretera de la Sierra, 32
 23479 - La Iruela. Burunchel
 953 727 311
www.hotelelcurro.com
info@hotelelcurro.com

Abre a diario. Cierra un mes en invierno (entre el 9 de enero y al 9 de febrero)

LATITUD
(WGS84)

-2,951

LONGITUD
(WGS84)

37,94133333



LOS NOGALES



*Carretera de la Bolera A326, desvío en Km. 6
Paraje de Las Hoyas. 23485 - Pozo Alcón
953 718 249*

*www.hotel-losnogales.com
hotelrurallosnogales@mundivia.es*

Abre a diario. Cierra en enero

LATITUD
(WGS84)

-2,911916667

LONGITUD
(WGS84)

37,74796667



JARAIZ DE PEÑOLITE



*Calle Jardines, 8. 23359 - Puente Génave. Peñolite
953 435 297*

*www.rgo.net/eljaraiz
jaraiz@teleline.es*

Abre a diario (agosto y navidad). Resto del año cierra lunes y martes

LATITUD
(WGS84)

-2,798233333

LONGITUD
(WGS84)

38,3247



SANTUARIO DE TÍSCAR



Aldea de Tíscar
23480 - Quesada. Tíscar
953 124 245

Cierra los martes

LATITUD
(WGS84)

-3,02336

LONGITUD
(WGS84)

37,76947



SAN FRANCISCO



Avenida Andalucía, 25
23290 - Santiago Pontones
953 438 072
www.hotelsan-francisco.com
informacion@hotelsan-francisco.com

Abre a diario

LATITUD
(WGS84)

-2,553766667

LONGITUD
(WGS84)

38,10991667



EL PARAÍSO DE BUJARAIZA



*Carretera del Tranco, A319, Km. 59
23478 - Santiago Pontones. Cotorríos
953 713 150*

*www.paraisodebujaraiza.com
info@paraisodebujaraiza.com*

Abre a diario

LATITUD
(WGS84)

-2,815983333

LONGITUD
(WGS84)

38,08666667



ESCOBAR



*Aldea La Matea
23290 - Santiago Pontones. La Matea
953 437 270*

*www.hotelescobar.com
info@hotelescobar.com*

Abre a diario

LATITUD
(WGS84)

-2,588783333

LONGITUD
(WGS84)

38,0834



MADRESELVA



**Cortijada la Parrilla / Nueva Carretera
Hornos-Santiago de la Espada
23290 - Santiago Pontones. La Parrilla
953 128 182
restaurantemadreselva@gmail.com**

Abre a diario (julio, agosto, primera quincena septiembre, Semana Santa, Navidad, fines de semana y puentes). Resto del año sobre reserva

LATITUD
(WGS84)

-2,68848

LONGITUD
(WGS84)

38,15829



EL MIRADOR DE PEÑALTA



**Calle San Vicente, 29. 23379 - Segura de la Sierra
953 482 071
gris_46@hotmail.com**

Cierra los lunes

LATITUD
(WGS84)

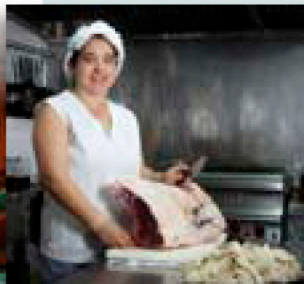
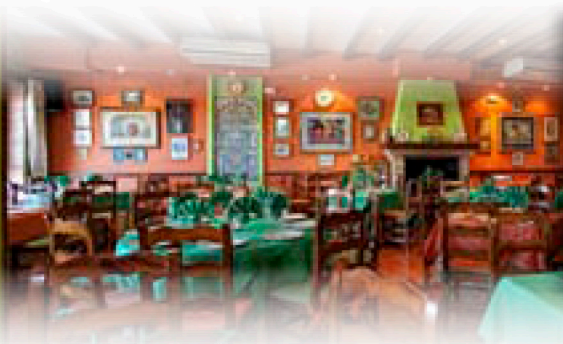
-2,650616667

LONGITUD
(WGS84)

38,29601667



LA MESA SEGUREÑA



Calle Postigo, 2. 23379 - Segura de la Sierra
953 482 101

www.lamesadesegura.com

lamesaseg@gmail.com

*Cierra los miércoles y domingos noche, además de la primera quince-
na de junio*

LATITUD
(WGS84)

-2,651433333

LONGITUD
(WGS84)

38,29855



EL CORTIJO DE RAMÓN



Carretera Beas-Cortijos Nuevos, A6301, Km. 23,5
23379 - Segura de la Sierra. Cortijos Nuevos
953 496 402 - 619 073 925

www.elcortijoderamon.com

info@elcortijoderamon.com

Abre a diario (verano y temporada alta). En invierno sólo abre fines de semana

LATITUD
(WGS84)

-2,74745

LONGITUD
(WGS84)

38,26051667



LA TINÁ



Carretera A317, Km. 7
23379 - Segura de la Sierra. La Tinada Nueva
953 481 107 - 629 669 119
www.ruralsegura.com
ruralsegura@gmail.com

Cierra los martes

LATITUD
(WGS84)

-2,715517

LONGITUD
(WGS84)

38,286982



RÍO MADERA



Calle Yelmo, 7. Carretera JF7039
23379 - Segura de la Sierra. Río Madera
953 126 204
www.riomadera.com

Abre a diario

LATITUD
(WGS84)

-2,6206

LONGITUD
(WGS84)

38,24505



HOSPEDERÍA LAS CAÑADILLAS



Pantano del Tranco, s/n. Desvío A319 por la presa
23300 - Villacarrillo
953 128 142
www.hospederialascañadillas.com
reservas@hospederialascañadillas.com

Abre a diario

LATITUD
(WGS84)

-2,797566667

LONGITUD
(WGS84)

38,16736667



LAS VILLAS



Carretera Córdoba-Valencia, N322, Km. 182
23300 - Villacarrillo
953 440 125 - 953 440 957

Abre a diario

LATITUD
(WGS84)

-3,07975

LONGITUD
(WGS84)

38,11903333



VERDE OLIVA



Plaza Juan XXIII, 3. 23300 - Villacarrillo
953 440 367
elenapavon10@yahoo.es

Cierra los martes

LATITUD
(WGS84)

-3,087633333

LONGITUD
(WGS84)

38,11501667



LA MORALEDA



Calle Alameda Fuensanta, 73. 23330 - Villanueva del Arzobispo
953 450 388
www.hotel-moraleda.com
hotelmoraleda@hotmail.com

Abre a diario

PLAZA



Calle Fuensanta, 123. 23330 - Villanueva del Arzobispo
953 451 621
www.hotelplazamanjon.com
info@hotelplazamanjon.com

Abre a diario







LOS
PRODUCTOS
AGROALIMENTARIOS

JAMONES TENEDOR

Producto: Jamones

Polígono Industrial Cornicabral, s/n. 23280 - Beas de Segura
953 458 182 - 655 907 332
jamonestenedor@hotmail.com
Cerrado sábados

JAMONES FUENTE EL BERRAL

Producto: Jamón, embutidos, carnes de monte, etc.

Calle La Matea, s/n. 23290 - La Matea (Santiago-Pontones)
953 437 282 - 666 496 030
elberral_lamatea@hotmail.es
Cerrado domingos

JAMONES AIRES DE LA SIERRA

Producto: Jamón, lomo, paletillas, torreznos, etc.

Paraje La Carreña, s/n. 23290 - Santiago de la Espada
953 438 149 - 637 747 483
smjamonesairesalvador18@gmail.com
Cerrado domingos



CONSERVAS ECOHORNILLO

Producto: Conservas ecológicas y mermeladas

Calle Cruces, s/n. 23290 - Santiago-Pontones
953 438 022 - 679 427 440
www.ecohornillo.com
ecohornillo@hotmail.com
Abierto todos los días



PEZ Y PER, S.L.

Producto: Trucha ahumada

Carretera Circunvalación, n.º 3
23290 - Santiago-Pontones
953 438 525 - 628 242 299
Abierto todos los días



JAMÓN DE PONTONES, S.L.

Producto: Jamones

Carretera A-317, Km. 48. 23291 - Pontones
953 128 126
www.cumbredepontones.com
buenjamon@cumbredepontones.com
Abierto todos los días



VINOS VALLEBRAVO



Producto: Vino tinto joven ecológico

Finca Arroyo Frío, n.º 8. 23293 - Segura de la Sierra
629 439 992 - 679 089 707
www.vallebravo.es
comercial@vallebravo.es
Abierto fines de semana. Con cita previa.

CARNICERÍA Y CHARCUTERÍA HERMANOS CANALES JIMÉNEZ

Producto: Carne y embutidos caseros

Polígono La Cerradura, nave 7. 23300 - Villacarrillo
953 440 754 - 629 625 304
Cerrado domingos



AGUA SIERRA DE CAZORLA

Producto: Agua mineral

Carretera del Tranco, Km. 15. 23330 - Villanueva del Arzobispo

953 128 245 - 953 128 244

www.aguasierradecazorla.com

info@aguasierradecazorla.com

Cerrado sábados y domingos



EMBUTIDOS PEÑOLITE

Producto: Embutidos

Carretera del Tamaral, s/n. 23359 - Peñolite (Puente de Génave)

953 435 531 - 636 036 266

www.embutidospeñolite.com

Cerrado fines de semana



POTOSÍ 10, S.A.



Producto: Aceite virgen extra de oliva y cosméticos con aceite

Carretera de Hornos, s/n. 23370 - Orcera

953 482 041 - 670 012 919

www.potosi10.com

comercial@potosi10.com

Cerrado domingos



S.C.A. CORTIJO EL GAVILÁN



Producto: Conservas ecológicas vegetales

Carretera Río de los Molinos, s/n. 23380 - Siles
953 490 260 - 617 769 325
www.cortijogavilan.com
administracion@cortijogavilan.com
Cerrado fines de semana

EMBUTIDOS TORREFRÍO



Producto: Embutidos

Polígono Industrial Los Propios. Calle Blas Infante, parcela 23
23460 - Peal de Becerro
953 731 188
www.torrefrio.com
torrefrio@torrefrio.com
Cerrado sábados tarde y domingos

EMBUTIDOS CARRASCO



Producto: Embutidos y productos delicatessen de la zona (aceitunas, patés, miel, queso, etc.)

Calle Doctor Muñoz, n.º 13. 23470 - Cazorla
953 720 251
www.embutidoscarrasco.com
info@embutidoscarrasco.com
Abierto todos los días



SOCIEDAD CORDERO ECOLÓGICO SIERRA DE CAZORLA

Producto: *Cordero segureño ecológico*

Calle Ximénez de Rada, n.º 57. 23470 - Cazorla
687 381 211 - 627 002 319/21
www.corderoecologicosierradecazorla.com
cordero.ecologico@gmail.com
Abierto todos los días

EMBUTIDOS CASEROS Y DE MONTE PEPITA MORENO

Producto: *Producto: Embutidos y patés de Cazorla*

Calle Fuente del Molino, n.º 17. 23476 - La Iruela
953 720 861
Cerrado domingos

CÁRNICAS SIERRA DE CAZORLA



Producto: *Patés, platos preparados y embutidos*

Calle Camino Real, s/n. 23477 - Chilluévar
953 717 080 - 648 163 815
www.carnिकासazorla.com
info@carnिकासazorla.com
Cerrado fines de semana



HORNO OBRADOR DE PANADERÍA "LA PAZ"

Producto: *Pan y dulces típicos del municipio y comarca*

Carretera de las Almansas, n.º 17 Bajo. 23477 - Chilluévar
651 434 023
Cerrado domingos

IBÉRICOS CAZORLA

Producto: Embutidos Ibéricos

C/ El Poyuelo, s/n. 23479 - Burunchel (La Iruela)

691 042 993

Abierto todos los días

MIEL Y CHOCOLATES APISIERRA



Producto: Miel, chocolates, caramelos, licores de miel, etc.

Carretera de Jaén, n.º 72. 23485 - Pozo Alcón

953 718 312 - 628 809 020

www.mielapisierro.com

apisierro@hotmail.com

Abierto todos los días



QUESOS ARTESANOS SIERRA DE CAZORLA LAS POCEÑAS, S.L.L.



Producto: Quesos tradicionales de cabra

Carretera del Fontanar, s/n. 23485 - Pozo Alcón

953 718 481 - 657 396 181

www.quesoscazorla.com

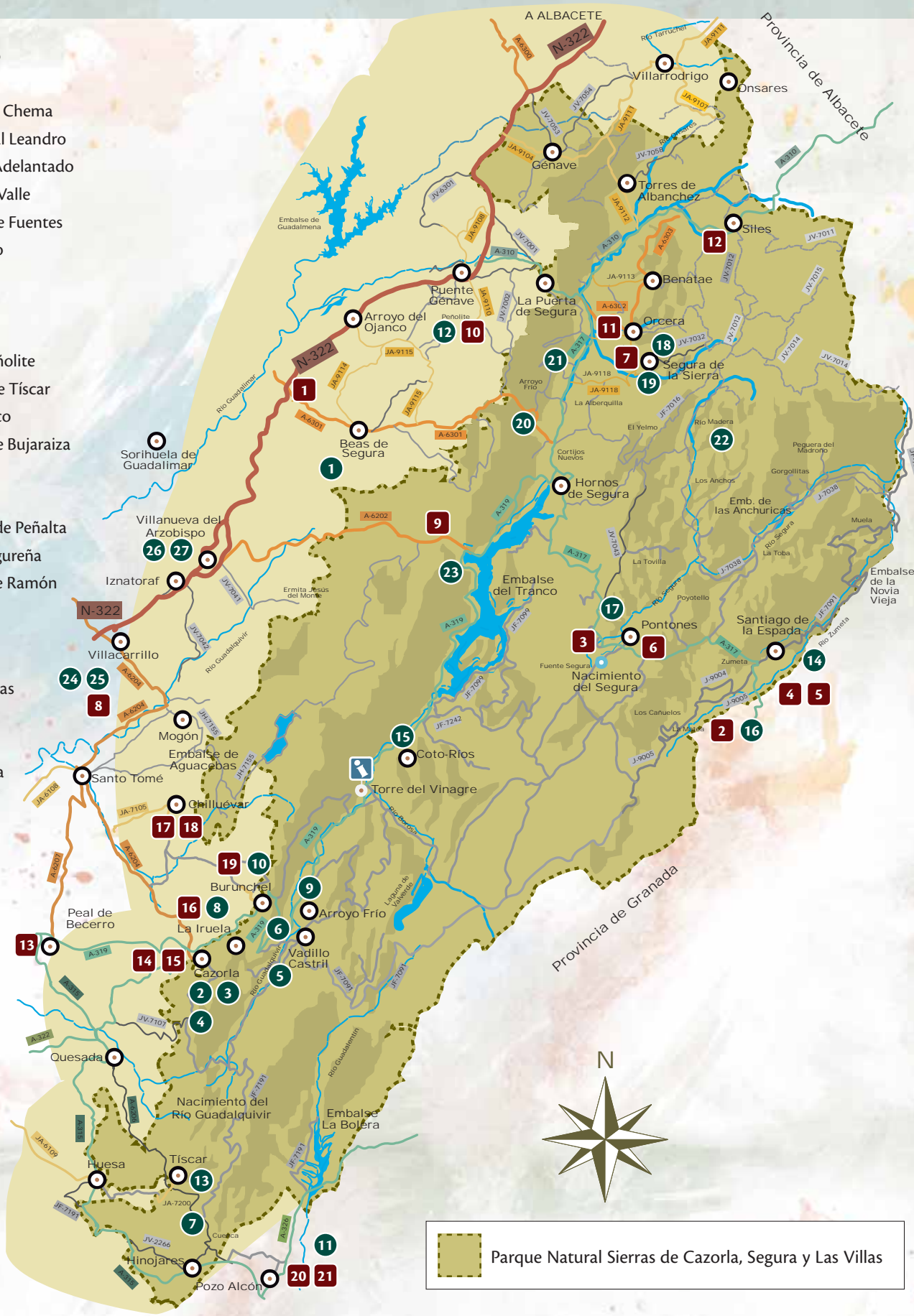
quesoscazorla@terra.es

Cerrado fines de semana



RESTAURANTES

- 1 Casa Arturo
- 2 La Sarga
- 3 Mesón Don Chema
- 4 Mesón Rural Leandro
- 5 Parador El Adelantado
- 6 El Coto del Valle
- 7 Casería Siete Fuentes
- 8 El Templario
- 9 El Mesón
- 10 El Curro
- 11 Los Nogales
- 12 Jaraiz de Peñolite
- 13 Santuario de Tíscar
- 14 San Francisco
- 15 El Paraíso de Bujaraiza
- 16 Escobar
- 17 Madreselva
- 18 El Mirador de Peñalta
- 19 La Mesa Segureña
- 20 El Cortijo de Ramón
- 21 La Tiná
- 22 Río Madera
- 23 Hospedería Las Cañadillas
- 24 Las Villas
- 25 Verde Oliva
- 26 La Moraleda
- 27 Plaza



EMPRESAS AGROALIMENTARIAS

- | | |
|---|---|
| 1 Jamones Tenedor | 12 S.C.A. Cortijo El Gavilán |
| 2 Jamones Fuente El Berral | 13 Embutidos Torrefrío |
| 3 Jamones Aires de la Sierra | 14 Embutidos Carrasco |
| 4 Conservas Ecohornillo | 15 Sociedad Cordero Ecológico Sierra de Cazorla |
| 5 Pez y Per S.L. | 16 Embutidos caseros y de monte Pepita Moreno |
| 6 Jamón de Pontones S.L. | 17 Cárnicas Sierra de Cazorla |
| 7 Vinos Vallebravo | 18 Hornos Obrador de Panadería "La Paz" |
| 8 Carnicería y Charcutería Hermanos Canales Jiménez | 19 Ibéricos Cazorla |
| 9 Agua Sierra de Cazorla | 20 Miel y Chocolates Apisierra |
| 10 Embutidos Peñolite | 21 Quesos Artesanos Sierra de Cazorla Las Ponceñas S.L.L. |
| 11 Potosí 10 S.A. | |



LOS SABORES DEL PARQUE NATURAL

GASTRONOMÍA DE LAS
SIERRAS DE CAZORLA,
SEGURA Y LAS VILLAS

www.promojaen.es

www.sierrasdecazorlaseguraylasvillas.es

PLAN DE DINAMIZACIÓN DE PRODUCTO TURÍSTICO

Parque Natural Sierras de
Cazorla, Segura y Las Villas

