

FRANÇAIS

la gastronomie *Aragonaise*



LA GASTRONOMIE ARAGONAISE

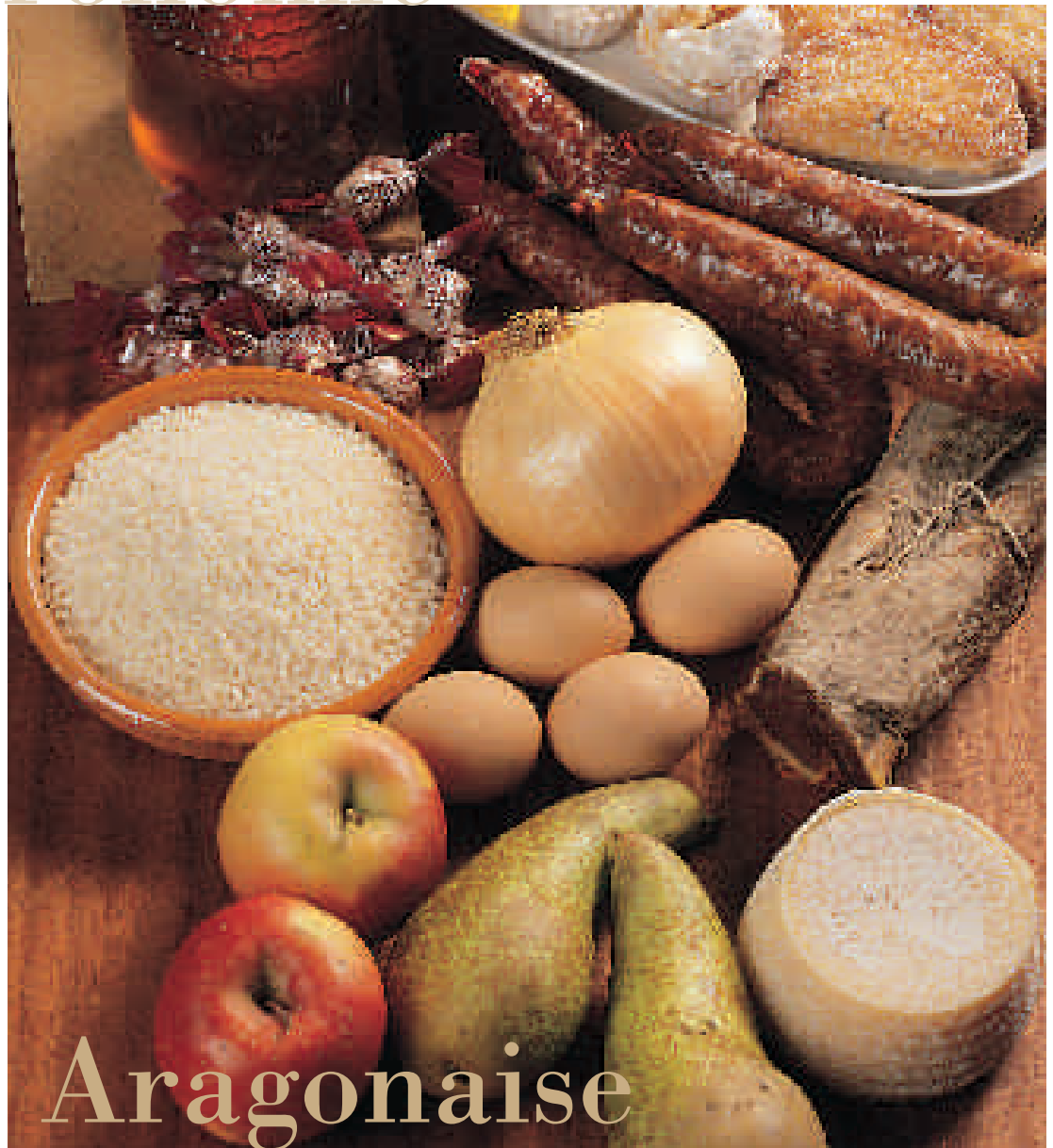
La Communauté autonome aragonaise n'a pas qu'un simple garde-manger, elle possède un riche patrimoine gastronomique forgé par l'héritage que les différentes civilisations ont laissé. Elle conserve une identité propre qui s'est nourrie au fil du temps des marchés d'approvisionnement issus de ses propres terres. De telles caractéristiques sont déterminées par le produit puis par sa transformation en cuisine qui a donné lieu à toutes les recettes classiques que nous connaissons aujourd'hui.

À l'instar de la cuisine régionale, la cuisine locale doit être élaborée avec les produits du terroir, propres à la communauté autonome. En Aragon, les différences géographiques entre les cimes des Pyrénées de Huesca et le système ibérique de Teruel offrent une grande variété de produits aussi riches en contraste que la propre orographie du territoire.

La cuisine aragonaise qui incorpore une telle richesse de produits est basée essentiellement sur des plats populaires qui varient en fonction de la zone où ils sont préparés: les plats de viandes, de légumes, de poissons ou de légumes secs sont les principes d'une cuisine qui connaît actuellement une phase de transition avec de nouvelles interprétations des anciennes recettes. Il ne s'agit pas d'oublier les saveurs de ces marmites qui ont toujours mijoté dans la région mais tout simplement de les alléger, avec harmonie et équilibre et en préservant toujours leur authenticité et leur personnalité.



gastronomie



Aragonaise



LA CUISINE ARAGONAISE TRADITIONNELLE

L'Aragon, tout comme les autres Communautés autonomes, réunit différents types de cuisine et de formes gastronomiques: la cuisine traditionnelle et classique propre à chaque famille d'une part et la cuisine novatrice et renouvelée des restaurants d'autre part. Pour parler de cette cuisine traditionnelle, celle des marmites et des fourneaux des familles aragonaises, citons quelques lignes de Dionisio Pérez (Post-Thebussem) journaliste de Cadix qui a largement participé à la divulgation de la cuisine espagnole et qui dans son ouvrage "Guía del Buen Comer Español" (Guide de la bonne cuisine espagnole) de 1929 offrait sa vision de la cuisine aragonaise: "Lorsqu'on parle de l'Aragon, de la province voisine, la Navarre qui dans sa cuisine semble plus aragonaise que basque ainsi que d'une partie de la Rioja, il faut mettre à part la triomphante capitale de Saragosse... qui même si elle rend hommage à la cuisine régionale aragonaise régaland toujours ses visiteurs avec son poulet "a la chilindrón", ses côtelettes d'agneau, ses anguilles et sa bourrache, vénère aussi depuis très longtemps les lois et les pratiques de la grande cuisine internationale dans ses hôtels, ses restaurants et au sein des grandes familles nobles, industrielles ou agricoles. Aucune autre cuisine régionale n'est aussi caractéristique, appropriée et adaptée au terroir qui l'a créée et l'utilise. C'est peut-être la plus simple d'Espagne. L'agneau de la région est tout simplement goûteux. Les côtelettes grillées est la spécialité aragonaise par excellence. La culture potagère produit des légumes si tendres et si savoureux qu'il suffit de les faire cuire à

l'eau et d'y rajouter un filet d'huile d'olive d'Alcañiz ou du Bas Aragon de préférence pour déguster un des plats les plus extraordinaires de

toute l'Europe. C'est ici et nulle part ailleurs que le voyageur découvrira la bourrache, cette plante sauvage des versants du Moncayo. Et n'oublions pas les fruits, très abondants et de qualité, qui sont cultivés dans les provinces de Saragosse et de Teruel: la variété de pêche "duraznilla", les pêches de Calanda, les prunes reine-claude, les poires "Don Guindo", les excellentes variétés de pommes: "verde doncella", "hotel", "miguel", "helada" et "camuesa" ainsi que les abricots, les cerises pour ne pas parler de ses vins."

Paella à la jardinière préparée par Adoración Fontcuberta de l'Auberge Alcalá de Calaceite.

Spécialités de la cuisine traditionnelle aragonaise

M Morue "al ajoarriero"

(Miettes de morue poêlées avec de l'ail puis mélangées à des pommes de terre, des oignons et des oeufs battus.)

P Pois gourmands maison

(Variété de pois qui se mangent avec la cosse cuits à l'eau puis sautés à l'huile d'olive vierge extra.)

B "Boliches" de Embún

(Variedad de judía blanca de esta población oscense que se come cocida a fuego lento con cebolla, zanahoria, puerro, laurel, ajo, morro de cerdo, chorizo, aceite de oliva, agua y sal).

B Bourraches

(C'est le légume le plus singulier et le plus apprécié de l'Aragon. De la famille des boraginacées et de l'espèce officinale, c'est une plante herbacée annuelle, à forte racine et à côtes épaisses et charnues. Elle peut être préparée de différentes manières, la plus courante étant de la faire cuire à l'eau avec des pommes de terre puis de la faire sauter dans de l'huile d'olive.)

M Morue "al ajoarriero"



E Escargots

(Les Aragonais sont très friands d'escargots. Ce n'est pas en vain qu'une des recettes les plus anciennes d'escargot apparaisse dans le livre du franciscain aragonais, Juan Altamiras, au XVIII^e siècle.)

L Lapin "en salmorejo"

(Cette recette est connue depuis plus de quatre cents ans. C'est un ragoût préparé avec des oignons, de l'ail, des carottes, de la farine, du sel, des épices et des herbes aromatiques. Il est accompagné de riz ou d'une purée de pommes de terre.)

C "Crespillos" de bourrache

(Feuille tendre de bourrache trempée dans une pâte à beignets semi-liquide à base d'œufs battus, de sucre et de farine puis passée dans un bain d'huile d'olive de la dernière récolte.)

G "Guirlache"

(Nougat typique de Saragosse à base d'amandes et de sucre.)

B "Boliches" de Embún



T Tranches de jambon à la tomate

P Poulet "a la chilindrón"

(La "chilindrón" est la sauce la plus emblématique de tout l'Aragon, préparée à base de tomate, d'oignons, de poivron rouge et de jambon revenu dans de l'huile d'olive parfumée avec une gousse d'ail.)

R "Recao" de Binéfar

"Recao" en Aragon signifie plat ou repas complet. Celui de Binéfar, village du Haut Aragon est le plus connu ; il est préparé à base de haricots blancs, d'ail, d'oignons, de laurier, de poivre ou poivron moulu, de pommes de terre et de riz.

T Truites meunières

(Il y a de nombreuses rivières à truites en Aragon et cette recette est la meilleure pour la préparation de pièces moyennes. Grillées à la poêle à l'huile ou au beurre et arrosées d'un jus de citron.)

P Pois gourmands maison



P Poulet "a la chilindrón"



C "Crespillos" de bourrache



B Bourrache au jambon de Teruel





LA CUISINE ARAGONAISE RENOUVELÉE

Des auteurs comme le journaliste spécialisé, José Carlos Capel ou l'investigateur et éditeur, José María Pisa, ont fait de nombreux éloges de la cuisine aragonaise actuelle. Dans le prologue du "Gran Libro de la Cocina Aragonesa" (Le grand livre de la cuisine aragonaise) de Juan Barbacil de 2001, Capel fait les remarques suivantes: "Les énormes progrès que les restaurants de la Communauté Autonome d'Aragon ont réalisés au cours des dernières années sont indéniables. Tous les facteurs qui visent le concept de la modernité au sens le plus large du terme confluent dans la structure des recettes, le bagage technique et la composition esthétique. L'hôtellerie aragonaise n'avait jamais affronté le futur comme aujourd'hui avec un bagage aussi solide et un esprit de dépassement aussi défini, en témoignent l'attitude et l'ambition des professionnels de la restauration de la région qui dans un effort collectif se sont engagés pour améliorer l'offre de ces établissements. Différents aspects placent la cuisine aragonaise dans une position privilégiée pour atteindre des objectifs chaque fois plus ambitieux. En premier lieu, la richesse de ses provisions .../... Ceux qui pensent que la gastronomie populaire aragonaise se limite aux "migas" aux raisins, au poulet "a la chilindrón", secs et aux jardinières de plète et

aux oeufs "al salmorejo", aux potages de légumes légumes sont dans l'erreur la plus commune pour diverses et nombreuses raisons. Derrière ces plats classiques, se cache une fantastique collection de recettes populaires qui sont à même de constituer une source d'inspiration et un point d'évolution décisif pour les recettes des années à venir. Mais ce qui est le plus frappant dans ces trois provinces aragonaises, c'est le capital humain: les cuisiniers, les aides de cuisine, les pâtissiers, les professeurs d'écoles hôtelières et les journalistes spécialisés travaillent tous pour faire avancer une des cuisines les plus intéressantes, savoureuses et authentiques de cette Espagne bigarrée."

Crème de betterave tiède et crème de pomme de terres aux oeufs de caille pochés et croustillant de jambon de Teruel (recette de Luis Arrojo. Restaurant Don Pascual)

Spécialités de la cuisine aragonaise actuelle

S Salade de bourraches aux cuisses de pigeon à l'escabèche de romarin
(De Miguel Ángel Revuelto. Restaurant Gayarre. Saragosse)

C Cardons aux jarrets d'agneau, sauce aux amandes et asperges vertes
(De Fernando Abadía. Restaurant Las Torres. Huesca)

A Actualisation du "Recao" du Haut Aragon aux trois cuissons
(De Sergio Costas. Restaurant Las Lanzas. Saragosse)

R Riz aux bolets et aux truffes
(De Merche Aldanondo. La Cocina Aragonesa. Jaca)

C Crème froide de pêche tardive de Calanda, croustillant de jambon de Teruel Appellation d'origine et mousse de Chantilly
(De Domingo Mancho. Doña Taberna. Saragosse)

T Turban de truite "al ajoarriero" d'asperges et de crevettes
(De Ángel Conde. El Chalet. Saragosse)

T Turban de truite "al ajoarriero" d'asperges et de crevettes



C Crème froide de pêche tardive de Calanda, croustillant de jambon de Teruel D.O. et mousse de Chantilly



S Salade de bourraches aux cuisses de pigeon à l'escabèche de romarin



C Cardons aux jarrets d'agneau, sauce aux amandes et asperges vertes



A Actualisation du Recao du Haut Aragon aux trois cuissons



R Riz aux bolets et aux truffes



Spécialités de la cuisine aragonaise actuelle

F Filet de daim rôti aux truffes de Graus et huile de pistaches

(De Sergio Azagra. Restaurant Flor: Basbastro Huesca)

C Carré d'agneau d'Aragon rôti à l'arôme de morilles et pommes reinette caramélisées

(De Manolo Rodríguez. Complexe hôtelier Sella. Villanueva de Gállego. Saragosse)

P Pieds de porc à la pulpe d'ail rôtis et purée de pêches glacées au vin rouge du Somontano

(De José Ignacio Acirón. La Bastilla. Saragosse)

J Joue de la vallée de Tena au foie

(Miguel López. Restaurant Elíseos. Saragosse)

F Filet de daim rôti aux truffes de Graus et huile de pistaches



C Carré d'agneau d'Aragon rôti à l'arôme de morilles et pommes reinette caramélisées



P Pieds de porc à la pulpe d'ail rôtis et purée de pêches glacées au vin rouge du Somontano



P Pêche de Calanda au vin rouge dans son granité



M Mousse de vin avec croustillant de pain et fromage de chèvre chaud



M Millefeuille de blanc de poulet de ferme et jambon "en chilidrón", tomate concassée et poivrons "piquillos" verts



J Joue de la vallée de Tena au foie



PRODUITS

riz



Riz

C'est l'ingrédient indispensable dans la gastronomie et la cuisine aragonaise l'utilise depuis très longtemps. Notre région est actuellement la cinquième productrice d'Espagne. Les rizières aragonaises donnent un grain local, très différent de celui produit dans les autres régions.

Le riz se marie avec tout dans des plats aussi bien sucrés que salés: il sera utilisé pour des desserts comme le riz au lait dont il existe une recette aragonaise du XVIII^e siècle, dans des préparations mélangées à des légumes secs, les lentilles au riz par exemple, un plat typiquement aragonais ou "el empedrado" d'Albarracín qui contient également de la morue et des olives noires ainsi que dans d'autres préparations typiquement aragonaises telles que le "farro de farina" ou le riz aux grives, spécialités qui ont aujourd'hui une forte résonance dans la restauration d'avant-garde.

viandes



Viandes

Agneau, porc, bœuf et volailles constituent le grand marché de viande aragonais. Région d'arrière-pays, l'Aragon base une grande partie de sa cuisine dans ses mille et une viandes. Une mention spéciale pour l'agneau jeune connu ici comme "ternasco" et le jambon de Teruel, les deux jouissant de l'appellation d'origine dont le sceau d'origine, de qualité et de provenance les place parmi les produits emblématiques de cette Communauté Autonome. La viande bovine quant à elle occupe une place importante en Aragon avec plus de 300 éleveurs répartis dans toute la région. Les Pyrénées de Huesca représentant une grande réserve de sangliers, de cerfs et de chevreuils, le gibier est à l'honneur dans de nombreux plats classiques aragonais.

Des traditions aussi ancrées que les tuailles font de la viande en Aragon une excellente source de richesse tant gastronomique que culturelle.

condiments et épices



Condiments et épices

José Maria Pisa affirme dans son livre "Alimentos de Aragón. Un patrimonio cultural" (Les aliments de l'Aragon. Un patrimoine culturel) que "depuis un certain temps, la cuisine moderne utilise plus d'épices et d'herbes aromatiques qu'avant. Après l'échec de la cuisine appelée à tort nouvelle cuisine, il semble qu'enfin surgit le désir de servir des aliments en conservant leurs goûts originaux. C'est dans ce sens que les arômes doivent provenir de produits naturels et authentiques, ce qui peut correspondre à un retour à la cuisine d'autrefois. Le gingembre, la noix de muscade, la coriandre, la cannelle, le basilic viennent parfumer cette cuisine des arômes". Basilic, câpres, anis, safran, cannelle, clou de girofle et poivre sont les épices qui ne devraient pas être abandonnées en Aragon car elles sont utilisées depuis très longtemps. Il en est de même pour le thé d'Aragon qui est cultivé à Torrecilla de Alcañiz, Castelserás, Valdealgofa, Codoñera, Alloza, Híjar, Peñarroya, Aranda de Moncayo, Rambla del Gállego, Castellote et el Plano, commune d'Alcañiz.

Pâtisseries

La carte est si grande que nous ne citerons que les préparations les plus célèbres: les "tortas" de Ayerbe, les châtaignes de Huesca, les "tortas de alma" du Maestrazgo, la "coc" de Fraga, la "trenza" d'Almudévar, le "guirlache" de Saragosse, le gâteau Biarritz de Basbastro, sans oublier la couronne du 29 janvier qui se mange en l'honneur de San Valero, le patron de Saragosse et la couronne des Rois mages le 6 janvier.

Légumes secs

En Aragon, il y a toujours eu des plats à base de légumes secs sous forme de potages, de pot-au-feu et de marmites traditionnelles ou se mariant à la perfection avec différents types de poissons, en salades ou en garniture. Ils sont présents aussi bien dans la gastronomie traditionnelle que dans la gastronomie revisitée.

Dans la province de Huesca, les "recaos" sont des préparations toujours très prisées ; celui de Binéfar contient des haricots, des pommes de terre, du riz, de la viande, du lard, du jambon et de la charcuterie maison. Mais ce sont les "boliches" d'Embún, de la vallée de Echo et les haricots de Luco de Jiloca, à Teruel qui tiennent le haut du pavé. Les lentilles quant à elles restent l'accompagnement idéal du riz dans les terres aragonaises. Leur mariage est une petite merveille. Les légumes secs humbles et nourrissants ont donc fait un long trajet pour passer des recettes classiques aux nouvelles recettes d'aujourd'hui.

Poissons

L'Aragon a toujours consommé du poisson, et ce pour diverses raisons: l'abondance de rivières à truites, de lacs et la découverte par l'homme du séchage, du salage et du fumage des poissons de mer pour pouvoir les transporter.

Le poisson de mer a été réservé durant des siècles à la royauté alors que le peuple se contentait de poissons plus à sa portée tels que les truites, les lamproies ou les anguilles. La truite, le congre et l'anguille ont donné lieu à d'innombrables recettes. Il en est de même pour le cabillaud, consommé frais ou salé (la morue) dont les recettes furent innombrables: citons notamment la morue "al ajoarriero" qui reste un grand succès.

Mais quoi qu'il en soit, la richesse des mers est toujours arrivée en Aragon.



desserts

Desserts

Tous les villages aragonais ont leur propre dessert. Les créations locales de pâtisserie sont tellement identifiées au village qu'elles s'accrochent très souvent au toponyme avec une persistance gourmande. Du "a" de "almojábana" au "z" de "zufarico" ou ce qui revient au même du "a" d'Albarracín au "z" de Zuera, villages où sont élaborés respectivement ces desserts, seul l'alphabet peut contenir cette immense variété de pâtisseries aragonaises car il faudrait plusieurs volumes de recettes pour recueillir tous les desserts inventés par les ouvriers de la région.

La capacité de création de ces pâtisseries surprend d'autant plus que la liste des ingrédients de base de la pâtisserie traditionnelle n'est autre que le sucre, la farine, le miel, les oeufs, les amandes et l'huile.



Fromages

fromages

Ruperto de Nola au XVe siècle cite déjà le fromage de l'Aragon comme s'il s'agissait d'une appellation d'origine et Cervantès fait allusion au fromage de Tronchón dans Don Quichotte comme une référence ou un archétype. Pedro González Vivanco de l'Académie Aragonaise de Gastronomie commente dans son discours d'investiture lu le 26 février 2002 que "dans toute la région de Cariñena et probablement dans tout l'Aragon, on consommait du fromage frais élaboré à base de lait de chèvre cru et cuit à la "plancha", la sagesse populaire dépasse la science en nous indiquant la zone où trouver plus facilement la *Brucella melitensis*. C'est dans le Maestrazgo que l'on consomme un fromage très fait et légèrement assaisonné d'huile d'olive vierge. Les "flaons", friands de fromage frais, sont également de cette région même si dans ce cas ils proviennent évidemment des "almojábanas" arabes. Enfin, le fromage d'Aragon est l'invité d'honneur de ce que l'on appelle la Soupe d'Aragon, un plat de haute lignée cité par Martiño et s'agissant certainement du premier plat culinaire où l'adjectif aragonais fut utilisé pour le distinguer des autres plats". Ce même texte présente une liste détaillée des fromages qui sont actuellement produits dans notre communauté autonome. Presque trente fromagers travaillent dans les trois provinces aragonaises élaborant des fromages aussi bien frais que secs à partir de lait de chèvre, de vache et de brebis.



Soupes

Soupes

La carte des soupes aragonaises ne s'arrête pas comme on pourrait le penser aux "migás" et à la soupe à l'ail et au pain. Avant, on préparait des soupes à base d'oseille, poireaux, vermicelles, bouillon de poule, bourrache et autres potages nourrissants avec tous les produits du jardin, de la ferme et des champs. Avant l'invasion des pâtes italiennes, les vermicelles étaient fabriquées dans des moulins aragonais puisque la richesse céréalière de la région avait donné lieu à une industrie agroalimentaire propre.

Mais les soupes ont été peu à peu écartées des foyers peut-être à cause de leur simplicité apparente ne s'adaptant pas aux habitudes alimentaires modernes. Les chefs de la haute cuisine les regardent de haut comme un intrus sur les cartes réservées à des spécialités plus nobles.



Truffes

Dès le début du mois de décembre et jusqu'au mois de mars, vendeurs et acheteurs prennent rendez-vous un soir par semaine à Graus et Mora de Rubielos qui avec Vic et Morella sont les marchés de truffes les plus importants d'Espagne. La province de Teruel est le premier producteur national avec 15 tonnes qui viennent des quatre zones truffières: Maestrazgo, Sierra de Gúdar, Javalambre et les zones montagneuses du Bas Aragon et Matarraña. La gare de Mora de Rubielos indique le cours de la truffe de toute l'Espagne. Les zones productives de la province de Huesca se trouvent dans les régions de Ribagorza et les zones du Sobrarbe, Graus, Benabarre et Ainsa.

Restant sous terre, leur cueillette est difficile, cette tâche étant réservée à des chiens n'appartenant à aucune race en particulier mais qui ont été dressés par leur maître pour chercher à l'odeur ce champignon si convoité.

truffes



Légumes

L'Aragon est la communauté autonome d'arrière-pays qui compte le plus grand nombre de kilomètres de rivières: les eaux de l'Èbre, le Gállego, le Huerva, et le Cinca entre autres arrosent les jardins des rives, étendant un tapis naturel de légumes qui poussent sur des terres dures, arides et ventées.

Les oignons de Fuentes de Ebro, les blettes de la zone de Jalón, l'ail de Bardallur ou les cardons de Muel et de Mozota sont quelques échantillons géographiques du potager aragonais. La bourrache mérite un aparté, aragonaise de pure souche, elle est préparée de différentes façons, sautée ou en friture sous forme de "crespillos", dessert très connu de la région de Barbastro.

Le jardin est la joie de ces terres aux paysages agrestes. Joie de la vue et du palais, grâce à ces produits et ces plaisirs si simples.

légumes



Vins du Terroir

L'appellation vin du terroir s'étend déjà à bon nombre de communes de l'Aragon. Ce sont au total six zones qui utilisent cette appellation pour élaborer des vins ayant une qualité légèrement inférieure aux appellations d'origine: Bajo Aragón, Campo de Belchite, Valdejalón, Valle del Cinca et Ribera del Gállego - Cinco Villa. La commune de Valdejalón est la plus grande avec quelques 3.000 hectares de vignoble, suivie du Bas Aragon avec une surface de 2.493 hectares alors que Campo de Belchite compte 1.820 hectares, la vallée de Jiloca plus de 2.150 hectares et que Ribera de Gállego - Cinco Villa dépasse les 2.500 hectares. La vallée du Cinca se situe très en dessous avec 140 hectares mais un développement important est attendu dû à l'entrée de capital étranger dans cette zone. Les cépages les plus utilisés sont le grenache, le cabernet sauvignon et le merlot.

vins du terroir



RECETTES POPULAIRES ARAGONAISES

populaires

Oeufs “al salmojerro”



4 filets de porc en conserve	4 oeufs	1 gousse d'ail
1 cuillerée de farine	4 morceaux de longaniza en conserve	
8 asperges cuites et leur jus de cuisson	1/2 cuillère de poivron doux en poudre	
Persil haché	Vinaigre	Sel

← Ingrédients

Préparation:

Dans le même récipient en terre où les oeufs vont être cuits, faire frire les morceaux de porc et de longaniza et les retirer au fur et à mesure. Faire griller l'ail et le persil haché dans la même huile, incorporer la farine tout en mélangeant puis ajouter le poivron doux hors du feu, remettre le récipient sur le feu avec la viande au fond, mouiller d'un peu de jus de cuisson des asperges et laisser à feu doux pendant 5 minutes supplémentaires. Ajouter quelques gouttes de vinaigre, puis les asperges en laissant quatre espaces pour y déposer les quatre oeufs. Couvrir le récipient afin de faire prendre le blanc d'œuf. Assaisonner et servir.

ANGEL HERNÁNDEZ

LA RINCONADA DE LORENZO. Saragosse

Oeufs “al Salmojerro”

Morue “al ajoarriero”



1 kg de morue dessalée	8 gousses d'ail	1 oignon
4 grosses pommes de terre	3 jaunes d'œuf	Huile
Sel		

← Ingrédients

Préparation:

Faire cuire dans un four moyen la morue découpée en gros morceaux. Une fois ramollie, retirer la morue du four et l'émietter en enlevant la peau et les épines. La rincer plusieurs fois et l'égoutter. Faire chauffer de l'huile dans un récipient en terre, mettre l'ail coupé et avant qu'il ne soit doré ajouter les miettes de morue. Laisser à feu doux en prenant soin de ne pas la sécher. Ajouter les jaunes d'œuf et mélanger. Préparer les pommes de terre et l'oignons coupés comme pour une omelette, les faire sauter à la poêle puis les servir en les mélangeant à la morue.

FAMILLE LACAMBRA

RESTAURANT CASA EMILIO - Saragosse

Morue “al ajoarriero”

Poulet “a la chilindrón”



1 gros poulet	2 gousses d'ail	4 poivrons rouges
200 g de jambon blanc	1 oignon	750 g de tomate
Sel	Poivre	Huile d'olive du Bas Aragon

← Ingrédients

Préparation:

Nettoyer et brûler la peau du poulet puis le découper. Faire dorer l'ail dans un peu d'huile d'olive. Poivrer et saler les morceaux de poulet et les faire dorer dans la même marmite. Rajouter les cubes de jambon, l'oignon haché et les poivrons coupés en lamelles ou en cubes. Faire cuire quelques minutes pour mélanger toutes les saveurs et rajouter les tomates coupées en petits cubes, pelées et sans graines. Faire cuire à feu doux jusqu'à ce que la sauce soit bien confite.

ANGEL HERNÁNDEZ

LA RINCONADA DE LORENZO. Saragosse

Poulet “a la chilindrón”

populaires

Riz aux grives (cassolette)

4 grives	350 de brocoli	200 g de riz
1 oignon	4 gousses d'ail	1 pomme de terre
1 l d'eau	sel	poivre
		huile d'olive (Bas Aragon)

← Ingrédients

Préparation:

Faire dorer légèrement les grives et la côte de porc dans une cassolette en terre. Ajouter l'oignon et l'ail hachés. Laisser cuire 15 minutes, ajouter ensuite les pommes de terre coupées en dés et le riz qu'il faudra bien mélanger, attendre 5 minutes avant de le couvrir d'eau, rectifier l'assaisonnement, ajouter le brocoli et laisser cuire pendant 15 minutes.

ADORACIÓN FONTCUBIERTA

FONT ALCALÁ - Calaceite - Teruel



riz aux grives (cassolette)

“Boliches” de Embún à l’ancienne

(4 personnes)		
200 g de boliches non équeutés	200 g de boliches noirs	1 gros oignon
sel	200 g de boliches équeutés	
200 g de boliches passés	4 carottes	huile du Bas Aragon
4 gousses d'ail	2 gros poireaux	persil

← Ingrédients

Préparation:

Faire tremper pendant 24 heures dans quatre récipients différents les “boliches” avec une gousse d'ail, une carotte, un morceau de poireau et un bon filet d'huile. Faire cuire à feux doux pour obtenir une texture onctueuse. Rajouter une poêlée d'oignon, persil haché et sel.

Il est conseillé de faire cuire les haricots dans une eau minérale faible en calcium.

MARCELO PERJOVICH

RESTAURANT LA VENTA DEL SOTÓN - Esquesdas - Huesca



“Boliches” de Embún à l’ancienne

Mostillo

400 cc de jus de raisin concentré	250 g d'amandes fraîches avec leur peau
10 g de pignons	4 cuillères à soupe de farine
25 g de noix	Grains d'anis
Peau d'orange séchée	

← Ingrédients

Préparation:

Dissoudre à froid le jus et la farine, une fois dissous, mettre la casserole sur le feu et ajouter les éclats de fruits secs, l'anis et la peau d'orange (coupées en petits morceaux). Laisser bouillir pendant 15 minutes en tournant sans arrêt avec une cuillère en bois. Servir froid sur une tranche de pain grillé ou avec des gâteaux secs.

ADORACIÓN FONTCUBIERTA

FONT ALCALÁ - Calaceite - Teruel



Mostillo

RECETTES ACTUALISÉES ARAGONAISES

actualisées

Pieds de porc farcis à la longaniza de Graus et aux champignons du Moncayo

4 pieds de porc
Longaniza

Oignons
Crépinette

Champignons

← Ingrédients



Pieds de porc...

Préparation:

Faire cuire pendant 1 heure les quatre pieds après les avoir bien attachés, passés à la flamme et dégraissés à l'eau froide. Une fois tendres, les retirer du feu puis une fois tièdes les désosser. Préparer entre temps la farce. Hacher un oignon bien fin et le faire revenir dans de l'huile d'olive vierge pour qu'il devienne translucide. Laver les champignons (ou de préférence et si possible les essuyer avec un torchon), les émincer et les rajouter à l'oignon. Ensuite rajouter les morceaux de longaniza, un peu de farine pour la consistance et un peu de jus. Garnir les pieds désossés de cette farce, les envelopper de crépinette et les faire frire dans de l'huile d'olive vierge puis les napper de jus de viande.

MIGUEL LÓPEZ

RESTAURANT ELÍSEOS – Saragosse

Riz aux bourraches et aux clovisses

Riz
Bourrache
Fumet de poisson

Clovisses
Ail

Persil
Huile
Farine

Sel

← Ingrédients



Riz aux bourraches et aux clovisses

Préparation:

Faire revenir dans une poêle légèrement huilée un peu d'ail haché et du persil. Lier avec un peu de farine et de fumet de poisson. Ajouter les bâtonnets de bourrache et le riz. Attendre 10 minutes avant de rajouter le sel et les clovisses. Une fois que les coquillages sont ouverts, rectifier l'assaisonnement et la cuisson du riz.

MIGUEL A. REVUELTO

RESTAURANT GAYARRE – Saragosse

Asperges à la morue “a la chilindrón” et croustillant de jambon de Teruel

16 asperges
2 oignons
4 morceaux de morue de 100 g
2 gousses d'ail

2 poivrons verts
4 tranches de jambon
sel

Huile d'olive vierge
poivron rouge
3 tomates mûres

← Ingrédients



Asperges à la morue...

Préparation:

Cuire les asperges à la vapeur, les assaisonner et les réserver. Poêler la morue dessalée en prenant soin de ne pas la sécher. Mettre le jambon dans un four préchauffé à 100°C jusqu'à ce qu'il soit bien croustillant. Pour le “chilindrón”, faire revenir les deux gousses d'ail dans un peu d'huile d'olive avec les oignons, les poivrons et les tomates en cubes. Une fois cuits, assaisonner, triturer puis passer la sauce pour qu'elle soit bien fine.

FERNANDO ABADÍA

RESTAURANT LAS TORRES – Saragosse

Soupe froide de melon aux copeaux de jambon de Teruel et gelée de vin vieux

1 melon de 2 kg
poivre blanc
fond de volaille
cumin moulu

4 feuilles de menthe
40 g de jambon de Teruel
sel
2 dl de vin vieux

sucré
3 feuilles de gélatine

← Ingrédients

Préparation:

Couper le melon en deux. Enlever les pépins et dans un chinois, récupérer le plus de jus possible. Faire à l'aide d'une cuillère à pomme parisienne 20/24 billes qui serviront de garniture. Retirer le reste de la pulpe, triturer et ajouter le jus obtenu antérieurement. Ajouter le fond de volaille pour obtenir le goût désiré. Saler; poivrer; ajouter le cumin et passer au chinois. Chauffer le vin avec le sucre; ajouter la gélatine hors du feu (après l'avoir faite tremper) et mélanger. Étendre et faire prendre à froid. Couper la gélatine en petits dés. Couper le jambon en copeaux ou en fine julienne. Mettre dans une assiette à soupe, trois petits tas de billes de melon, le jambon et la gelée. Décorer avec les feuilles de menthe et servir la soupe bien froide dans une soupière à part.

ÉCOLE SUPÉRIEURE D'HÔTELLERIE D'ARAGON – Teruel

Côtelettes d'agneau d'Aragon farcies au fromage de chèvre avec nid de fèves tendres avec longaniza et fritons

(4 personnes)

4 côtelettes d'agneau d'Aragon par personne oeuf battu

pour les nids:

150 g de pommes de terre
250 g de fromage de chèvre

200 g fèves
panure

50 g de longaniza
70 cl d'huile d'olive

← Ingrédients

Préparation:

Racler les côtes en coupant la chair qui tient à l'os. Presser et tirer vers le bas pour atteindre la viande des côtelettes. Couper à cet endroit la partie qui a été raclée et la réserver. Couper la viande en deux morceaux, nettoyer l'os principal et l'ouvrir en deux moitiés. Saler. Farcir avec le fromage de chèvre et passer à la panure. Pour les nids, couper les pommes de terre en allumettes et les passer à la friture dans un moule à nid. Dans cette même huile, faire frire les côtelettes panées. Faire sauter les fèves cuites avec les morceaux de longaniza et farcir les nids. Retirer la graisse de la chair qui avait été raclée, l'émincer et la poêler.

JESÚS GEA

RESTAURANT CLUB NÁUTICO – Saragosse

Pieds de porc farcis à la longaniza de bolets et truffes

(4 personnes)

pieds de porc
bolet
jus de truffe

crépinette
jus de viande de porc

oignon
truffe

← Ingrédients

Préparation:

Faire cuire les pieds. Une fois tendres, les laisser refroidir et les désosser entièrement avec soin. Réserver un peu de viande qu'il faudra couper ensuite et faire revenir avec les bolets. Pour la farce, rajouter à cette poêlée le jus de truffe et l'oignon haché. Farcir les pieds et les envelopper de crépinette. Les passer à la poêle pour faire fondre la crépinette. Poser chaque pied sur une feuille frottée de beurre et quatre cuillères à soupe de jus de porc. Faire une papillote et laisser au four une heure à 160°C, les rectangles étant alors laqués. Poser les pieds sur une assiette et napper du jus restant. Monter l'assiette en alternant avec des asperges sauvages.

CARMELO BOSQUE

RESTAURANT LILLAS PASTIA – Huesca



Aliments d'Aragon appellations



Appellation d'origine Cariñena

C'est la plus ancienne de l'Aragon, reconnue dans les Statuts du Vin en 1932 et constituée en mai 1960. Ses 15.000 hectares de vignoble sont répartis sur 14 communes où plus de 3.000 viticulteurs et 50 caves d'élevage produisent 50 millions de litres de vin destinés au marché intérieur et à l'exportation. Les cépages reconnus par le Conseil de Régulation sont le Grenache rouge, le Tempranillo, le Mazuela, le Juan Ibañez, le Monastrell, le Merlot, le Syrah et le Cabernet Sauvignon en rouge et le Macabeu, le Grenache blanc, le Moscatel romain, le Parellada et le Chardonnay en blanc.

Appellation d'origine Campo de Borja

L'appellation d'origine attribuée en 1980 occupe une étendue de 7.231 hectares répartis sur 16 communes, avec une surface de vignoble de 6.270 hectares situés à une altitude comprise entre 350 et 700 mètres. La production oscille entre 20 et 25 millions de kilos de raisin des cépages autorisés par le Conseil de Régulation: Macabeu, Chardonnay et Moscatel en blanc et Grenache, Tempranillo, Mazuela, Merlot, Syrah et Cabernet-Sauvignon en rouge. 15 caves et 2.250 agriculteurs enregistrent une production d'environ 147.385 hl de vin dont 40% est destiné au marché international.



Appellation d'origine Calatayud

Elle a été officiellement reconnue en 1989 et s'étend sur les contreforts du système ibérique occupant une surface de plus de 7.300 hectares répartis sur 43 communes. L'altitude des vignobles comprise entre 550 et 800 mètres conditionne une culture donnant environ 18.750.000 kilos de raisin. Les cépages reconnus par le Conseil de Régulation sont le Grenache rouge, le Viura, le Tempranillo, le Mazuela, le Monastrell, le Grenache blanc, le Malvasía et le Moscatel. La production approximative est de 3,58 millions de litres de vin, répartie dans 11 caves d'élevage qui exportent autour de 37% du total.

Appellation d'origine Somontano

Au pied des Pyrénées, l'appellation occupe 2.914,52 hectares réservés à la culture du vin. Un total de 43 communes compose cette appellation où se cultivent les cépages Macabeu, Grenache blanc, Alcañón, Chardonnay et Gewürtztraminer en blanc et Moristel, Tempranillo, Grenache, Parraleta, Pinot noir, Merlot et Cabernet-Sauvignon en rouge.

11 caves d'élevage regroupent 450 viticulteurs, donnant comme résultat final une production qui oscille entre 10 et 11 millions de kilo de raisin qui est destiné également à l'exportation.



Appellation d'origine Jambon de Teruel

Les races, une bonne alimentation, l'âge d'abattage et le séchage postérieur dans un climat unique font les caractéristiques des jambons de Teruel. Ses caractéristiques externes sont déterminées par la forme allongée de l'ongle et la couenne où apparaît marquée au fer rouge l'étoile à huit branches avec le mot Teruel. De plus, la bague numérotée qui entoure la partie supérieure du produit avec le logotype du Conseil de Régulation est la marque de distinction et la garantie des produits de l'Appellation d'origine Jambon de Teruel.



appellations

Appellation spécifique Ternasco d'Aragon

C'est un agneau jeune des races locales... Rasa aragonaise, Ojinegra et Roya Bilbiliana sans distinction de sexe (mâles non castrés et femelles) qui doit peser au moment de l'abattage entre 18 et 24 kilos, âgé de 90 jours. La période d'allaitement est de 50 jours et son alimentation est à base de lait maternel avec un complément de canne à sucre sauvage et de concentrés naturels autorisés par le Conseil de Régulation. L'identification du produit est réalisée sur les carcasses à l'aide d'un cachet où figure le sigle TA avec une étiquette garantissant la traçabilité du produit.



Qualité Alimentaire

Marque de garantie créée par le Conseil Régional de l'Aragon en 1991 pour identifier les produits alimentaires qui se distinguent par leurs qualités spéciales: c'est un pari pour la qualité entre les entreprises, une impulsion pour l'économie agricole et le maintien de la population rurale du Maestrazgo.

Ces produits sont l'huile d'olive vierge extra, l'oignon de Fuentes, le riz, les oeufs, la longaniza d'Aragon, le filet séché de porc, l'épaule séchée, le boudin d'Aragon, les poulets de ferme, la viande de bœuf à alimentation naturelle, le fromage frais et sec d'Aragon, les fruits en conserve, la "trenza" d'Almúdevar; la "coc" de Fraga, les pâtisseries du Maestrazgo, la viande séchée, les conserves de porc à l'huile, les fruits à traitement raisonné, les pêches tardives de Calanda, le miel, les "piedrecicas del calvario", le "chorizo", les bourraches, le vinaigre du vin, les "tortas de manteca et florentinas", les olives de Caspe, le safran, l'agneau jeune (ternasco) fumé, les pâtes alimentaires et le "tourron" noir.



Comité aragonais de l'agriculture écologique

Il s'agit d'une activité agricole qui cherche l'obtention d'aliments de qualité au sens le plus large du terme: qualité organoleptique, qualité sanitaire et qualité dans le processus de production par rapport à l'environnement. Le résultat est la production d'aliments sans résidus chimiques et sans aucun risque pour la santé.

Créé par le département de l'agriculture du Conseil Général de l'Aragon en 1995, le Comité aragonais de l'agriculture écologique consacre à ce type de culture environ 16.000 hectares et 200 ouvriers.

Appellation d'origine Pêche de Calanda

Les caractéristiques géographiques et climatiques de l'appellation permettent une production d'un fruit doux, consistant et charnu. La pêche qui est cultivée provient d'espèces particulières provenant de la variété locale connue populairement comme "Jaune tardive" et ses clones sélectionnés. Elle est cultivée avec la technique de l'ensachage, un processus laborieux et artisanal qui protège la pêche de toute sorte d'attaques donnant comme résultat un fruit sain et propre de couleur jaune crème et jaune paille uniforme, beau et distingué avec une saveur douce et une chair qui tient au noyau.



Appellation d'origine Huile du Bas Aragon

Elle occupe une surface cultivée de 37.000 hectares composés de 78 communes avec plus de 8.000 oléiculteurs qui produisent 6.800 Tm d'huile. Les variétés d'olives recueillies par l'appellation sont l'Empeltre, l'Arbequina et la Royal de la variété Olea Europea L.

Les caractéristiques de cette huile peuvent se définir en trois points: l'aspect (clair sans trace de trouble ni de dépôt), la couleur (jaune avec des nuances du jaune doré au vieil or; caractéristiques de la variété Empeltre) et le goût (huile douce, fluide et très agréable au palais, avec des saveurs qui rappellent la fragrance de l'olivier).

appellations



Appellation spécifique Asperge de Navarre

La zone de production des asperges recueillies par l'appellation spécifique Asperge de Navarre est constituée par les régions de Navarre, d'Aragon et de la Rioja.

Dans notre communauté, il existe plus de 1.200 agriculteurs qui se consacrent à la culture et dont les exploitations ont été incluses parmi celles garanties et protégées par l'appellation spécifique Asperge de Navarre. Les zones où sont cultivées les asperges ayant cette qualification sont Tarazona, Borja, les Cinco Villas et Jacetania: elles regroupent 42 communes où cette culture représente une source importante d'activité tant professionnelle que commerciale.



Association de producteurs de "cavas" aragonais (ARCA)

La région dite du "cava" se concentre sur les provinces de Barcelone et Tarragone, s'étendant aussi sur les provinces de Gironne, Lérida, Saragosse, Navarre, La Rioja, Álava et Valence. Dans les communes de Saragosse d'Ainzón, Cariñena et Calatayud, la production de ce vin mousseux est traditionnelle, suivant fidèlement la méthode champenoise. Après la reconnaissance de l'appellation d'origine "Cava", ces communes ont été intégrées dans la région du "cava".

Les cépages utilisés pour l'élaboration du cava sont le Macabeu, le Xarello, le Parellada, le Subirat, le Chardonnay, le Grenache rouge et le Monastrell bien qu'en Aragon les cépages les plus utilisés soient surtout le Macabeu et le Chardonnay.

Viande bovine d'Aragon

En Aragon, il existe plus de 300 éleveurs répartis sur tout le territoire. Les animaux ont une alimentation basée exclusivement sur des produits d'origine végétale, sans promoteurs de croissance ni anabolisants.

De plus, ils vivent en liberté dans d'immenses zones clôturées en plein air. L'association de producteurs de viande bovine d'Aragon a décidé de produire sa viande en suivant un cahier des charges loin des critères d'intensification excessive du marché.

Les animaux sont identifiés et contrôlés individuellement au moins trois fois par an. Les inspections sont menées à bien par l'Institut Technologique d'Aragon (ITA).



Fruits et légumes

Un des moteurs de l'économie aragonaise est la culture des fruits et des légumes. La production de fruits en Aragon a dépassé les 622.000 Tm d'une valeur de quarante et un milliards de pesetas. La production de légumes atteint 222.000 Tm d'une valeur de dix milliards deux cent mille pesetas. La Communauté autonome aragonaise est la première productrice de fruit à noyaux (pêche, nectarine, etc.) et la deuxième de fruit à pépins (pomme, poire). Tous ces produits ont une place essentielle dans le fameux régime alimentaire méditerranéen qui selon les nutritionnistes est idéal pour se maintenir en bonne santé.

