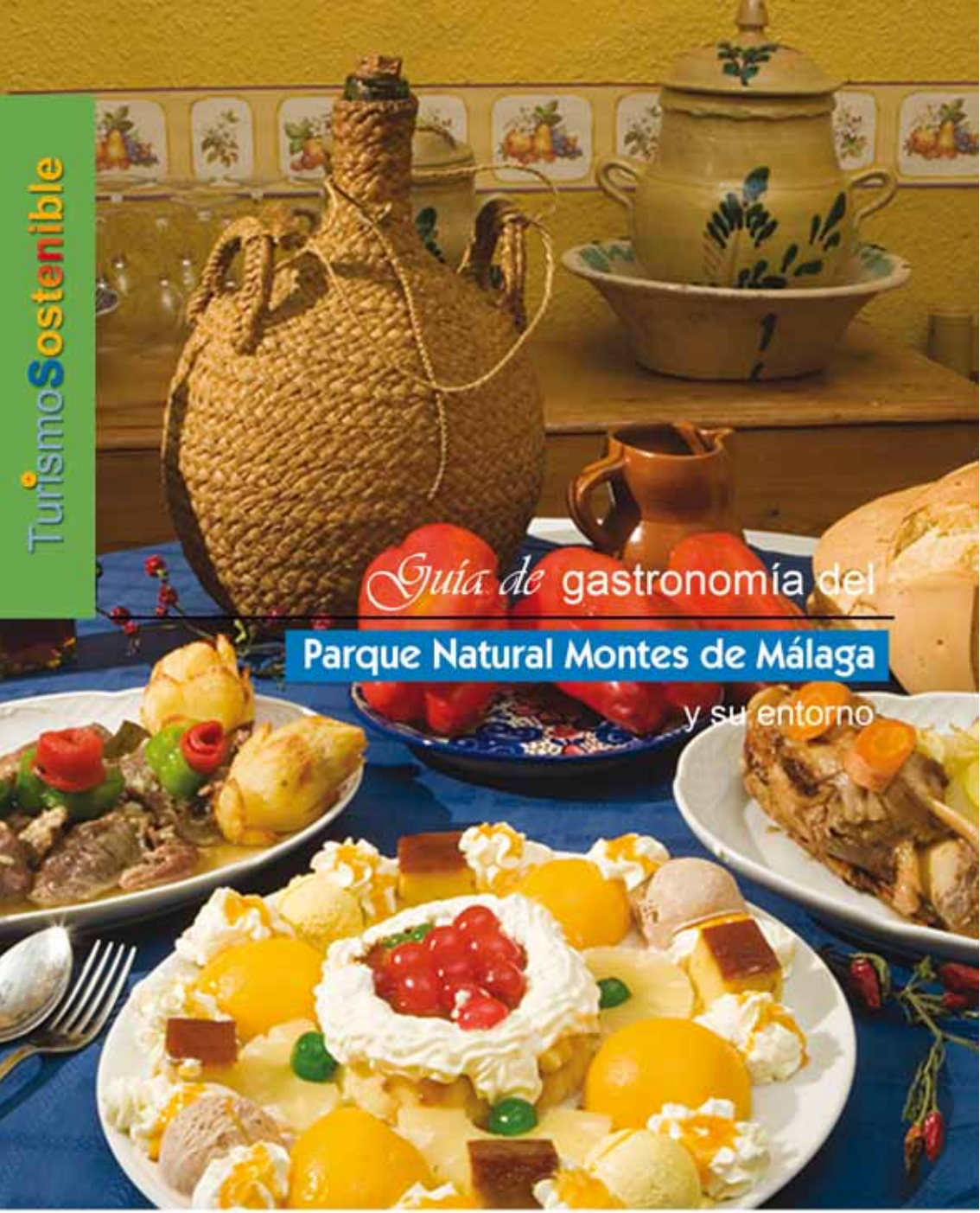
TurismoSostenible

Guía de gastronomía del Parque Natural Montes de Málaga y su entorno



JUNTA DE ANDALUCIA
CONSEJERÍA DE TURISMO, COMERCIO Y DEPORTE

Andalucía

Guía de gastronomía del

Parque Natural Montes de Málaga

y su entorno

Guía de gastronomía del Parque Natural Montes de Málaga y su entorno. – 1ª ed. – Sevilla : Consejería de Turismo, Comercio y Deporte, 2007
64 p. : il. col. ; 21 cm. – (Turismo sostenible)
Coordinación de la ed.: Dirección General de Promoción y Comercialización Turística
D.L. SE-3.427-07
1. Turismo gastronómico 2. Parques naturales 3. Guías 4. Turismo rural 5. Parque Natural Montes de Málaga (España) 6. Málaga (Provincia: España) 7. Andalucía I. Andalucía. Consejería de Turismo, Comercio y Deporte II. Serie

1ª edición 2007

EDITA
Junta de Andalucía
Consejería de Turismo, Comercio y Deporte

COORDINACIÓN DE LA EDICIÓN
Dirección General de Promoción y Comercialización Turística

MAQUETACIÓN y TEXTOS
Grupo Desarrollo y Acción Local de la Comarca de Antequera, TUIMAGINA

DISEÑO
Analiter, S.L.

PRODUCCIÓN EDITORIAL
Bosque de palabras, S.L.

DEPÓSITO LEGAL
SE-3.427-07

Esta publicación está disponible para la consulta y préstamo en el Centro de Documentación de la Consejería de Turismo, Comercio y Deporte de la Junta de Andalucía y accesible a texto completo en: http://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/publicaciones.

Índice

- Presentación 5
- Prólogo 7
- Datos de interés 8

PARQUE NATURAL MONTES DE MÁLAGA

Datos de Parque 9

- Casabermeja 20
  - Restaurantes 21
  - Recetas 26

- Málaga 37

Restaurantes 40

Recetas 41

- Colmenar 43

Restaurantes 47

Recetas 50

- Manual de buenas prácticas ambientales 57
- Teléfonos de interés 63

Todos los alojamientos y restaurantes incluidos en esta guía se hayan inscritos en el Registro de Turismo Andaluz, a fecha cuatro de abril de 2007, en la categoría de alojamientos rugales y gastronomía tradicional

Presentación

Andalucía mantiene su posición privilegiada en el turismo internacional gracias, en parte, a su diversidad. Una comunidad con un clima cálido a lo largo de todo el año, con más de 900 kilómetros de costas de playas blancas y limpias, con una cultura producto de la influencia de pueblos milenarios y en continuo proceso de modernización que no puede pasar desapercibida para millones de visitantes potenciales. Pero además Andalucía, con 150 espacios protegidos, es la red de carácter regional de espacios protegidos más importante en número y superficie de la Unión Europea.

Andalucía se adentra en una nueva etapa en la que se hace necesario planificar un modelo turístico sostenible para maximizar los efectos económicos sobre nuestra región, al tiempo que se preservan sus recursos y espacios naturales y se adaptan los elementos característicos de la oferta turística de nuestra comunidad. Éstos son los principios sobre los que se basa el Decreto de formulación del Plan General de Turismo Sostenible 2007-2010.

La política de *sostenibilidad* responde al interés de la Administración Autonómica, los agentes locales y el sector privado en incidir sobre la desestacionalización de la demanda turística, impulsar el desarrollo socioeconómico de las zonas rurales y preservar los recursos naturales de nuestra Comunidad para su uso y disfrute por parte de las generaciones venideras.

La Consejería de Turismo, Comercio y Deporte, a través de sus líneas de promoción turística y bajo los compromisos adoptados con los Planes de Desarrollo Sostenible de diferentes Parques Naturales, apuesta por la elaboración de estas guías especializadas para realzar los valores gastronómicos, culturales y turísticos de las zonas rurales de Andalucía.

Estas guías dan la bienvenida a los visitantes concienciados e implicados en la conservación de nuestros recursos y les hace partícipes de nuestro éxito como región solidaria y sostenible.

Bienvenidos al futuro de Andalucía.

Sergio Moreno Monrové
Consejero de Turismo, Comercio y Deporte

Prólogo

En los últimos años, el concepto de sostenibilidad ha ido incorporándose en diferentes apuestas políticas como un paradigma humanizador y de proyección a largo plazo del que nuestra comunidad no puede quedar ajena.

Tras la eclosión del turismo como un fenómeno a gran escala que repercute directamente en nuestro territorio y población, el objetivo de las nuevas directrices europeas en esta materia, como la Carta Europea de Turismo Sostenible, es seguir apostando por el sector, respetando la riqueza ambiental y patrimonial de nuestros destinos a fin de lograr un modelo turístico competitivo y perdurable.

Por ello, habida cuenta de la situación privilegiada de la que goza Andalucía en cuanto a recursos naturales, agrícolas, culturales, etnográficos y, por ende, turísticos, la sostenibilidad se ha convertido en un concepto que permea las nuevas políticas que nuestra Administración Autonómica propone para el futuro más inmediato, especialmente las referidas al turismo rural y de naturaleza, cuyo desarrollo está estrechamente ligado a una utilización racional del espacio. No en vano, Andalucía cuenta con 24 parques naturales en los que, al tiempo que se preserva la riqueza paisajística y el carácter autóctono de las especies de fauna y flora, se promociona el atractivo que los pueblos, integrados en estos espacios protegidos o colindantes, ofrecen al visitante como productos turísticos.

En este sentido, la presente publicación sobre gastronomía en el Parque Natural Montes de Málaga y su entorno se integra dentro de esta política de sostenibilidad turística; en cuanto supone una puesta en valor de las excelencias de estos espacios como marcos incomparables de descanso, ocio y tiempo libre respetuosos con el medio ambiente.

Su minuciosa elaboración ha sido posible gracias a la colaboración estrecha con los agentes de desarrollo local de la zona y empresarios, verdaderos actores y receptores de las medidas del impulso turístico que desde la Consejería de Turismo, Comercio y Deporte se está llevando a cabo y, sin los cuales, nuestros esfuerzos carecerían de sentido.

Datos de interés

Parque Natural
Montes de Málaga

Provincia: Málaga. Municipios: Casabermeja, Colmenar y Málaga.
Superficie: 4.996 ha.
Altitud: Entre 97 y 1.031 m sobre el nivel del mar, que alcanza en el pico Reina.
Datos climáticos: – Precipitación anual de 500 mm. – Temperaturas mensuales medias entre 10º C y 26º C. **Principales formaciones:** – Pinares, encinares y monte mediterráneo.

Datos del parque

Sierra de media montaña, situada al norte de la ciudad de Málaga, a sólo 5 km del centro, siendo un auténtico pulmón para la ciudad y un espacio natural digno de ser visitado como área de relajación y esparcimiento.

Ocupa un total de 4.996 ha, de las cuales los enclavados suponen 138,41 ha, siendo las 4.762,14 ha restantes de dominio público. Considerado como uno de los parques naturales andaluces más pequeños, está situado en los términos municipales de Casabermeja, Colmenar y Málaga, con una población aproximada de 600.000 habitantes (incluyendo la ciudad de Málaga).

Datos del parque

En cuanto a la protección ambiental nos encontramos con la situación actual del Parque Natural, en el que ya se ha conformado una masa arbolada de pino carrasco, mayoritariamente, y que cumple una serie de funciones:

1) Protectora: Protección contra la erosión de la parte de cuenca más conflictiva del río Guadalmedina y en última instancia de la ciudad de Málaga.

2) Inversora de la regresión climática: Hemos pasado de una situación de cultivos abandonados y eriales en una línea claramente regresiva, a otra de instauración del pinar y la vegetación natural mediterránea, encinas; alcornoques; quejigos; madroños; algarrobos.

3) Productora: Se obtienen aprovechamientos de madera, de corcho; pastos; cinegéticos y de productos varios como madroños; algarrobas; aceitunas; setas; espárragos; plantas aromáticas, etc.

4) Socio-recreativo: Se encuentra a 5 km de la ciudad, y que en fines de semana y vacaciones se convierta en punto de encuentro de personas que acuden en busca de esparcimiento y diversión.

5) Aprendizaje y conocimiento de la Naturaleza: En él se desarrollan actividades de investigación, y de educación ambiental canalizadas por un Aula de la Naturaleza.

6) Ambiental: Es una depuradora natural, actuando de auténtico pulmón verde de la ciudad de Málaga.

El turismo rural está despertando cada vez más y más interés entre un público que ya se ha hastiado un poco del menú turístico clásico de “sol y playa” que promocionan las agencias y los operadores de viajes. A pesar del hecho de que Andalucía sigue siendo uno de los destinos más populares del país para los viajeros de sol y playa, su vasta extensión de paisaje variado y el ecosistema correspondiente la han dotado de una flora y una fauna excepcionales que representan la base de una alternativa que no tiene límites. Uno de los aspectos que sorprenden de las áreas como la costa del Sol es que sólo algunos kilómetros separan las aglomeraciones urbanas costeras de zonas de la naturaleza que son asilos de paz y tranquilidad. Un ejemplo de esto es el parque natural de los Montes de Málaga.

Los factores del medio físico son los responsables de la existencia de un determinado tipo de vegetación y fauna. Así clima, suelo, situación geográfica y la acción humana determinan, en conjunto, la vegetación y la fauna del área que marca la configuración actual del paisaje del Parque Natural Montes de Málaga.

Datos del parque

El bosque paraclimácico de pino carrasco o de alepo, que cubre en la actualidad la casi totalidad del Parque Natural, es el resultado de su accidentada historia, así como de matorral de degradación. La vegetación es bastante homogénea, predominando las masas de *Pinus halepensis* procedente de regeneración artificial y, en la actualidad con buena regeneración natural, aunque presenta frecuentes ataques de *Blastophagus* y en menor

El Boticario

Datos del parque

grado de Procesionaria. Dicha especie se encuentra mezclada con encina, y alcornoque, principalmente.

La parte Norte (Los Frailes) tiene poblaciones no muy grandes de *Pinus pinaster* y *Pinus insignis* procedentes de repoblación en buen estado, aunque también hay pequeñas repoblaciones de *Pinus pinea*. En la parte más alta nos encontramos con la presencia de alcornocales en explotación, siendo en estas zonas donde se aclara el pino para favorecer el desarrollo de estos últimos.

No existe en el Parque Natural ninguna especie endémica que se conozca.

Las zonas de pasto para las ovejas, en terreno público, son escasas y no muy buenas, aunque en fincas particulares nos encontramos con algunas áreas que gozan de buenas características para el ganado lanar.

En los Montes de Málaga, asociado al cultivo de la vid y cereal, existió arbolado de higueras, almendros y olivar, pero de forma dispersa. El cultivo del olivar fue importante para la dieta alimenticia de tipo mediterráneo de la población campesina, porque de la elaboración de su fruto, la aceituna, se extraía el aceite, que sustituía a la grasa de animales, difícil de obtener en esta zona. No por ello dejó de ser un cultivo secundario en los Montes cuya especialización de siglos había sido el cultivo de la vid. A finales del siglo XIX se produce una modificación en el sistema de cultivo del olivar, pasando a ocupar tierras de segunda y tercera calidad, pero ya de una manera diferenciada.

Pero para que se diera la expansión agrícola de estos cultivos, la población agraria tuvo que intervenir en sus explotaciones y conseguir que fueran más productivas a través de una serie de cambios técnicos para adaptarse a la demanda de sus productos y derivados, en los mercados extranjeros. Estos cambios se concretaron en modificar la forma de distribución de las cepas “A marco real” por el de

"Tresbolillo". Se introdujeron mejoras en las labores claves del cultivo: la "cava" en el invierno; la "bina de verano ó rebina" y la "poda corta" aumentando el número de peonadas por hectárea.

Así como la especialización y selección de las variedades de vid para que fueran más productivas y de mayor calidad.

ELABORACIÓN Y CRIANZA DE VINOS: Lagar de Torrijos

Enclavado, en el Parque Natural, se encuentra el Museo Antropológico de los Montes de Málaga. Está instalado en una casa de labranza, típica de la zona, con lagar, almazara y horno. En él se exponen aperos de labranza e utensilios y maquinarias propios de la fabricación del vino, del aceite y el pan.

Se expone el proceso de elaboración del vino en todas sus fases: pisada de la uva, prensa, filtrado, depósito para su fermentación en botas... Actualmente se pisa una vez terminada la vendimia a finales del mes de septiembre o comienzos de octubre, en la que participan visitantes en el proceso de elaboración del vino, de forma artesanal, pisándose primeramente la uva por dos asistentes ataviados con sandalias de esparto, con esta operación se rompen los hollejos para que salga el mosto, al mismo tiempo que se provoca la siembra de las levaduras existentes en la piel de la uva y una aireación del mismo.

Después de esta primera fase la pasta de uva resultante se prensa utilizando la "viga" y el "husillo", tal y como se hacía siglos atrás. La pasta se coloca en unos capachos de esparto, los cuales una vez llenos se van apilando unos sobre otros, colocándose encima del superior una madera gruesa de forma circular, que será la que trasmita el peso ó empuje de la viga a esta torre de uva pisada y esparto. El mecanismo consiste en hacer girar el husillo para que la viga suba o baje según nos convenga y mediante los apoyos centrales y los

Datos del parque

existentes en la cabeza o “virgen” de la viga, se consigue que el peso de la viga descanse sobre la torre de capachos. Entonces se girará de nuevo el husillo para que la piedra que tiene adosada, que descansaba en el foso, quede suspendida y su peso transmita la máxima presión a la torre. El mosto conseguido se pasa a las tinajas de barro poroso parcialmente enterradas en el suelo del lagar, que será el lugar donde se produzca la fermentación del mismo. De los distintos componentes del mosto, el de mayor importancia es sin duda el azúcar, ya que de su cantidad dependerá que se obtengan vinos con mayor o menor graduación alcohólica. Los taninos servirán para proteger el color de los vinos, los ácidos van a servir para favorecer la fermentación, seleccionando las levaduras, que son hongos microscópicos unicelulares que son capaces de transformar los azúcares en alcohol, liberando en el proceso anhídrido carbónico. Como cifra orientativa diremos que para obtener un grado alcohólico se necesitan 17 gramos de azúcar. La graduación del vino obtenido oscila en torno a los 16º. Un aspecto importante es la temperatura, ya que

las levaduras son activas en un intervalo térmico determinado, ya que con grandes cambios detienen su actividad o mueren. Es necesario conseguir una estabilidad térmica mediante paredes recias y una situación estratégica en el lagar. Una vez terminada la fermentación, pasamos a realizar el trasiego, que consiste en separar del vino todos los residuos sólidos que se han depositado en el fondo de los recipientes. El separar estas sustancias limosas, en una época determinada, viene dado porque un contacto prolongado entre ambos da como resultado que el vino adquiera malos sabores. En Torrijos esta operación se suele realizar en los primeros días del año. Como consecuencia de esta operación se obtiene un vino seco de "Los Montes", cuya crianza se realiza en las botas de madera de roble americano de unas ocho arrobas de capacidad.

Esto se debe a las sustancias solubles que entran en la composición de esta madera y que al combinarse con otras del vino crean los principios aromáticos necesarios para el envejecimiento adecuado. El vino con los años va cambiando de color y de sabor, mejorando las cualidades organolépticas y enológicas que lo identifican y definen. En las botas pasa un año antes de ser embotellado, dejándose tan sólo una parte de la producción destinada a servir de reserva. Que tan sólo sea un año, es debido a lo artesanal e insuficiente bodega del citado lagar que está a título expositivo y demostrativo.

MOLINO DE ACEITE: Almazara de Torrijos

En cuanto al aceite, antiguamente los molinos existentes en Los Montes estaban formados por unos conos de piedra, cuyo número oscilaba de uno a tres, los cuales rodaban sobre un "empiedro" circular. El que hay en Torrijos es de metal, construido a finales del siglo pasado y los elementos que lo componen son: una tolva donde se echa la aceituna, desde donde caerá al empiedro, que es un círculo plano donde ruedan tres troncos de cono rellenos de plomo que son los rulos que machacan la aceituna y que gracias a la diferente profundidad de sus estrías se va vaciando la masa de aceituna ya triturada al alfarje, que es una depresión circular que rodea al empiedro. Todo el sistema funciona por tracción animal, normalmente burro o mulo, que en un itinerario circular alrededor del alfarje, va moviendo los rulos. Posteriormente la masa de aceituna molida es recogida del alfarje mediante unos cubos y se va echando en unos capachos de esparto, con los cuales se construye el cargo o torre de capachos que se introduce en la prensa, compuesta por una base en la que descansa el cargo y un émbolo, situado entre cuatro guías, que al bajar accionado por una serie de ruedas dentadas, será el que ejerza la presión sobre la torre de capachos.

De esta primera presión se obtiene un líquido oleoso, del que posteriormente se separará el aceite, el agua y el alpechín. Todo el líquido extraído del prensado pasa mediante un conducto a un depósito, denominado pozuelo. Para calentar el agua que se echa sobre los capachos después de la segunda prensada, para extraer al máximo la cantidad de grasa que conserva la masa, se utiliza una caldera, que es un cilindro metálico hueco con paredes dobles, por donde pasa el agua que entra por la parte superior y es calentada entre dichas paredes. En el pozuelo se va a producir la separación, por decantación, de los componentes de la sustancia oleaginosa procedente del prensado que por la gravedad va a caer a su interior. Este se encuentra lleno de agua y en su base sale un conducto en forma de codo hacia el exterior por donde va volcando el agua desplazada por el volumen de aceite que va entrando. Esto se consigue porque al ser el aceite menos denso que el agua, flota en ella, mientras que el resto de los residuos se van al fondo y son arrastrados por el agua al exterior. Todo el sistema funciona según el principio de los vasos comunicantes.

Después se saca del pozuelo el aceite de la parte superior que no tiene agua y se pasa a un depósito donde se almacena. El alpechín resultante del proceso pasa a una balsa de decantación con objeto de que en ella pierda por evaporación parte del agua, y una vez suficientemente seco se evacua a un lugar adecuado para su tratamiento.

Datos del parque

EL CULTIVO Y LAS VARIEDADES

Los lagares en la zona de los Montes abarcan extensiones amplias de alrededor de 15 ha. Lo más peculiar del cultivo es que en la misma explotación se compenetran el monte natural con su propia vegetación, que ocupa alrededor de una décima parte, el viñedo y otros cultivos agrícolas para autoconsumo.

Se llama lagar a todo el conjunto, tomando la parte por el todo. Esta peculiaridad se ha mantenido a lo largo de los siglos. Las casitas blancas que se ven impresas en el paisaje son los lagaritos, todos con su estructura común de viña, lagar y monte. Hoy en día, sólo algunos se conservan ya que la mayoría fueron abandonados a principios del siglo XX.

Al cultivo del viñedo en los Montes se le llama viticultura en pendiente. Algunas viñas crecen en paredes prácticamente verticales, lo que además de hacer imposible la mecanización, dificulta mucho el trabajo manual. Esta circunstancia obliga a que las artes tradicionales de cultivo se mantengan con el paso del tiempo, a pesar de las reconversiones.

Los Montes son pagos tardíos porque la vendimia comienza en septiembre y en ocasiones se prolonga durante el mes de octubre.

La *pedro ximen* es la variedad por excelencia en esta comarca vitivinícola, si bien también se cultiva la uva moscatel. En Inglaterra, los vinos elaborados con *pedro ximen* fueron conocidos como los “mountain wine” (vino de los montes) y gozaron de gran fama allá por el siglo XVIII cuando los vinos de Málaga brindaban en las mesas de buena parte del mundo. Hoy la utilización “Vino de los Montes” es indebida. Debe hablarse de vino de Málaga, ya que ese término se utiliza, en algunos casos, para referirse a vinos que no son de Málaga y, a veces, ni siquiera son vino.

Esta comarca vitícola comprende también las bodegas de crianza asentadas en la capital.

Restaurantes

- BAR
- CAFETERÍA
- BODEGA
- SERVICIO DE CATERING
- COMIDA VEGETARIANA
- METÁLICO
- PAGO CON TARJETAS
- CLIMATIZACIÓN/AA
- CALEFACCIÓN
- ACCESO A MINUSVALIDOS
- APARCAMIENTO
- EMPLAZAMIENTO TRANQUILO
- TERRAZA EXTERIOR
- PATIO INTERIOR
- CHIMENEA
- ZONA DE FUMADORES
- SALAS DE CELEBRACIONES
- PLACA IDENTIFICATIVA

Nota: En la presente guía han sido incluidos restaurantes inscritos en el Registro Andaluz de Turismo

Casabermeja Málaga

La puerta de Málaga

Casabermeja Málaga

La puerta de Málaga

"Llegar a Málaga desde el Norte y no pasar por Casabermeja es realmente complicado, no en vano esta pequeña localidad de la Comarca de Antequera es considerada la puerta de Málaga por los Montes. La historia de este pueblo habla de un fuerte castillo rojo que dominó estas tierras durante la época de la dominación árabe, castillo que dio el nombre de Casabermeja. Historia y costumbres que sustentan los cimientos de una localidad digna de ser visitada, por estas cualidades y por muchas más que han de descubrirse."

Datos básicos

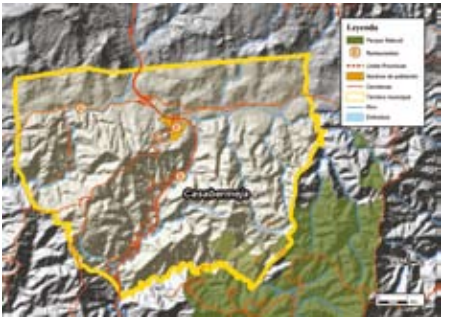
Población: 3240 hab.

Superficie: 66.43 km^2.

Altitud: entre 500 y 900 m.

Precipitación media anual: 590 l/m^2.

Temperatura media anual: 15'9º C



Al sur de las sierras del Torcal y de Las Cabras hay un territorio de cerros, colinas y ondulaciones que forman un corredor natural por el que se entra en los dominios de Casabermeja y desde aquí, a los Montes de Málaga. Casabermeja se sitúa a 20 km al norte de Málaga, en la Comarca de los Montes. Limita al norte con Antequera, con Almogía al oeste, Colmenar al este y Málaga al sur y sureste.

En Casabermeja es muy común el denominado "Plato de los Montes", así como otros platos como la olla de la era, conejo al ajillo, chivo en pepitoria, estofados, sopas perotas, el pipeo, cordero en salsa entre otros. En la repostería destacar los Hornazos y Bollos de Garbanzo para la festividad del día de San Marcos.

Restaurantes

Datos de contacto

Dirección: Ctra. Casabermeja-Villanueva de la Concepción, km 3,2. Tfno. 952758296.

Tipo: Restaurante.

Categoría: 1 Tenedor.

Emplazamiento: Área Rural.

Horario: 9-17 y 20-23.

Cerrado: Martes y 24 y 31 de Diciembre.

Capacidad: 180 plazas.

También Hotel rural (6 habitaciones).

Lagar de Pepe

Situado a pocos kilómetros de Casabermeja, enclavado en pleno entorno rural; rodeado de olivares junto al Río de Cauche y muy cerca del impresionante Paraje Natural del Torcal.

Ofrece unas magníficas vistas hacia la sierra que harán que su estancia goce de la tranquilidad y sosiego de un típico restaurante rural. Además podrá degustar la exquisitez de la buena cocina y elegir entre la variedad de platos de su carta y conocer la rica gastronomía de la zona. Su cocina y su trato personal al cliente ha dado que sea bien reconocido.

Especialidades: Paletilla o Pata de Chivo al Horno y Rabo de Toro.

Coordenadas:
X: 369451,000
Y: 4084946,999

Restaurantes

Coordenadas:
X: 372938,194
Y: 4082551,911

Restaurante-Mesón El Corte

Restaurante reformado de carácter familiar que lleva 31 años al servicio del cliente; ofreciendo la mejor y más selecta calidad de sus productos. Además podrá disfrutar de un ambiente agradable y acogedor; así como deleitarse de una amplia oferta gastronómica. Cuenta con amplios comedores decorados al estilo tradicional. Enclavado a pie de la A-92, en su unión con la carretera que conduce hacia Málaga o Granada, recibe numerosos visitantes diariamente, al situarse en un importante nudo de comunicaciones. A su amplio bar debe sumarse los salones especialmente acondicionados para reuniones, banquetes y todo tipo de actos sociales y de empresa. El restaurante El Corte le ofrece la mejor gastronomía tradicional con toques de alta cocina. Su cocina y su trato personal al cliente han dado que sea bien reconocido. Dispone de Tienda especializada en productos típicos de la zona (ibéricos, quesos, dulces, aceite, mieles, vinos...)
Especialidades: Paletilla de cordero lechal asada a la antigua usanza con perfume de romero y Bacalao confitado con crema de pimientos rojos y puré de guisantes.

Datos de contacto

Dirección: Autovía A-45, Salida 150.
952 75 84 29

Tipo: Restaurante

Categoría:
1 tenedor

Emplazamiento:
Periférico, a pie de carretera

Horario:
Abierto 24h.

Cerrado: Sábados; 24, 25 y 31 de diciembre y 1 enero

Capacidad:
225 plazas

También hotel rural (21 habitaciones)

Restaurantes

Datos de contacto

Dirección:
Calle Real, 5
952 75 82 29

Tipo: Mesón

Emplazamiento:
Céntrico

Horario: 13-17
No abren por las noches

Cerrado: 24, 25, 31 de diciembre y 1 enero.
En verano, los domingos

Capacidad:
120 plazas
También pensión (8 habitaciones)

Mesón La Posada

En el corazón de Casabermeja y frente a la Iglesia de San Sebastián con una solera y dedicación al cliente desde 1890 se encuentra La Posada. Dispone de amplios comedores decorados al estilo tradicional; destacando los elementos decorativos que la rodean y la azulejería andaluza representativa en sus pasillos y patios interiores. Esta antigua posada ofrece al visitante una magnifica oportunidad para trasladarse de época. Sorprende al visitante por su entrañable mirada al pasado, tanto por su cocina especialmente ideada para rememorar aquellos platos propios de la zona; como por la estructuración y funcionalidad de la posada. Todo ello ofreciendo una máxima calidad a su justo precio.
Especialidades: Olla de Era (Berza), Migas, Callos, Conejo y Pollo al Ajillo y El Plato de Los Montes. Premio a uno de los mejores Maestros Cocineros de Migas otorgado por la Hermandad Gastronómica Malagueña.

Coordenadas:
X: 372790,876
Y: 4084262,977

Admiten cheques
Sodexho Pass

Restaurantes

Coordenadas:
X: 372783,601
Y: 4084486,607

Restaurante La Madriguera

Restaurante de nueva edificación (año 1988); pero de clásico estilo andaluz, que cuenta con una decoración rústica y un ambiente selecto, agradable y tranquilo.

Todo ello hace que el restaurante La Madriguera sea el lugar ideal para un reparador alto en el camino durante la visita a Casabermeja y sin olvidarnos del magnífico Parque Natural de los Montes de Málaga. Su cocina y su trato personal al cliente ha dado que sea bien reconocido. Especialidades: Plato de los Montes, Migas, Olla de Era y el Pollo Relleno con Queso.

Datos de contacto

Dirección:
C/ Picasso, 4
952 75 81 19

Tipo: Restaurante Mesón

Emplazamiento: Céntrico

Horario: 9-17 (no abren por las noches)

Cerrado: Lunes

Capacidad: 70-80 plazas

Restaurantes

Datos de contacto

Dirección:
Paseo Puerto la Horca, 25.
952 75 85 54
651 91 47 07

Tipo: Restaurante

Categoría: 2 Tenedores

Emplazamiento: Céntrico

Horario: 13-17 y 20-24

Cerrado: Miércoles y 24, 25 y 31 de diciembre

Capacidad: 95 plazas

Asador Puerta de Málaga

Ubicado en una de las principales arterias del municipio, se encuentra este restaurante de nueva edificación pero de clásico estilo tradicional-andaluz que cuenta con una decoración rústica y un ambiente selecto y agradable.
El Asador Puerta de Málaga ofrece un lugar ideal para el refrigerio y el descanso del visitante, con una cocina castellana clásica, especializada en las delicias locales. No puede irse de Casabermeja sin probar las carnes de costillas en horno de leña y a la brasa, junto a especialidades de su selecta cocina, que va acompañada por una carta de vinos extensa y selecta, incluyendo los originales caldos de nuestra tierra. Salones polivalentes e independientes donde el confort, la armonía, la elegancia y la distinción van al unísono. En definitiva, platos que demuestran la preocupación de sus propietarios por el buen comer y la satisfacción plena de sus visitantes.
Especialidades: Cochinillo Asado en Horno de Leña, Cordero Lechal y Chuletón de Vacuno a la Piedra.
Premios obtenidos: 2º Premio Concurso Gastronómico de Chivo Lechal en el 2005 y 3º Premio Concurso Gastronómico de Chivo Lechal en el 2006.

Coordenadas:
X: 372494,915
Y: 4084442,700

Admiten cheques
Restaurante Gourmet

Recetas

INGREDIENTES

200 g garbanzos
500 g carne ternera
1/2 pollo
1 hueso
1 pata o 1 rabo de cerdo
200 g judías verde
50 g habas
50 g acelgas
Morcilla (opcional)
Ajo, comino, pimentón, pimienta, sal, agua, tocino añejo

Olla de era o berza malagueña

Las berzas son propias de Andalucía, y Málaga y no podían quedarse atrás. Su identidad se deduce de las coles, las berzas y los garbanzos.

Cuando los tiempos carecían de la actual aceleración, la preparación de este plato comenzaba el día anterior. Se ha dicho que si se tuviera el capricho de tomar unas berzas cada día del año, sería posible recogiendo las muchas variedades que existen en la tradición de cada pueblo y de cada guisandera. Las berzas suponen toda una demostración a aquellos que consideran que nuestra cocina malagueña es cosa ligera incapaz de satisfacer los aperitivos voraces.

Elaboración: En una olla con abundante agua se ponen a hervir los garbanzos remojados, la carne de ternera, el medio pollo, un hueso fresco (preferiblemente de tuétano), tocino añejo y la pata o el rabo de cerdo. Mientras hierve, se va quitando con una espumadera la grasa que se forma en la superficie. Se sacan las carnes, el tocino y el hueso y añadiéndole agua a la olla, se agregan las berzas y las verduras, que según la época pueden ser judías verdes, zanahorias y calabaza y si se quiere, habas y acelgas. Se lleva de nuevo a ebullición, a la vez que se adereza con un majado de sal, ajo, pimienta, comino y pimentón.

Recetas

Migas cortijeras

Es la receta pobre que en los cortijos se servían a los labradores cuando éstos regresaban fatigados del campo. Esta simplicidad permite su enriquecimiento con torreznos y mediante el añadido de chorizo. Al comerlas, como no parece que deba hacerse en compañía de pan, ya que, según dicen "pan con pan es comida de tontos", pueden utilizarse rabanitos. Su frescor, y más si resulta algo picante, es muy apropiado. Tampoco van mal las guindillas, según utilizan en otros lugares como compañía de platos de alta consistencia.

Las migas permiten otras muy variadas combinaciones: los trozos de melón le van perfectamente y, no digamos, unos pimientos fritos y los inefables huevos fritos.

Elaboración: Se corta el pan cateto (de varios días) en trozos pequeños, preferiblemente con las manos, y se humedece añadiéndole un poco de agua debidamente sazonada. En una sartén de buen tamaño (para que quepa todo el pan), se fríen los ajos enteros y un poco de tocino o panceta cortada. Una vez fritos, se agregan los trozos de pan y se mueven con una paleta de madera. Esta operación debe continuarse hasta que todo el conjunto quede de color dorado.

INGREDIENTES

1 kg pan cateto

1/2 kg tocino o panceta

2 cabezas de ajo

Agua

Sal

Recetas

Pierna de choto al horno

El choto es la cría de la cabra mientras mama y habitualmente se denomina "cabrito", aunque en Andalucía preferimos la palabra choto. Generalmente, el ejemplar sacrificado para la cocina suele ser macho, de entre seis semanas y cuatro meses. Las hembras se suelen reservar para la producción lechera. Se dice que la carne de cabrito, aunque blanda, es algo sosa, por lo que los bermejos se animan con aromas de laurel y tomillo, también propios de la zona.
Elaboración: Las verduras se cortan en rodajas encima de la pierna, a continuación se le pone un vaso de aceite y otro de vino bañando la pierna, seguidamente con unas ramas de tomillo, unas hojas de laurel, una pizca de sal y de pimienta molida le darán el último toque para hornear (una hora aproximadamente).

INGREDIENTES

- 1 pierna de cabrito
- Pimientos
- Tomates
- Cebollas
- Ajos
- Laurel
- Tomillo
- Vino
- Aceite y sal
- 1 pieza de verdura por cada pierna

Rabo de toro

INGREDIENTES

- Puerro
- Apio
- Cebolla
- Zanahoria
- Laurel
- Pimienta en grano
- Coñac y vino

Elaboración: Se trocea el rabo, se harina y se fríe un poco hasta que se consigue dorarlo. A continuación se trocean, muy pequeñito, 2 cebollas, 2 puerros, 2 trozos de apio, 6 zanahorias y dos hojas de laurel; todo esto se morea en distintos recipientes. Cuando está todo moreado, tanto la verdura como el rabo, se unen en un recipiente y se le pone un poco de coñac y ¾ litros de vino con todo esto se vuelve a morear. Cuando esta todo junto se cubre de agua y se pone a hervir durante unos 40 minutos y listo para servir.
Nunca se deben servir recién guisados, sino tras reposar un mínimo de dos horas. Para servirlo se deben poner en una sartén junto a unas patatas muy bien fritas en aceite de oliva, y volverlos a calentar a fuego muy lento.

Recetas

Ensalada de anchoas y queso caramelizado con salsa de mostaza

Para la salsa de mostaza: echamos 200 gr de mostaza en un bol, se incorpora el azúcar y el zumo de limón, con ayuda de una varilla, se mezcla todo mientras se le añade aceite de oliva hasta conseguir una emulsión consistente.

Para la ensalada; cortamos 3 rodajas de 1,5 cm aproximadamente, 3 rodajas de queso del mismo tamaño, con la ayuda de un quemador se carameliza el queso con un poco de azúcar.

Sobre el plato elegido se colocan las rodajas de tomate con el queso y las anchoas encima,

INGREDIENTES

- Queso de cabra en rulo
- Anchoas gigantes
- Tomate maduro
- Surtido de lechugas (lollo rosso, hoja de roble, escarola, ...)
- Mostaza, lomo y aceite

Recetas

INGREDIENTES

- 300 g lomo bacalao
- 1/2 l aceite de oliva
- 1 pimiento rojo
- 1 cebolla
- 1 patata
- 1/4 l nata líquida
- 1/2 kg guisantes
- 100 g mantequilla
- 1/2 litro de agua
- 100 g zanahoria
- Sal

Bacalao confitado con crema de pimientos rojos y puré de guisantes

Para la crema de pimientos: se corta la cebolla en dados y se refríe a fuego lento, una vez dorada la misma, añadimos el pimiento rojo y patata troceada en dados, cocinamos a fuego lento durante cinco minutos, después de los cinco minutos añadiremos nata líquida, removiendo de vez en cuando, dejando cocinar diez minutos. Trituraremos todo hasta conseguir una crema suave.

Para el puré de guisantes: en un recipiente pondremos un litro de agua, los guisantes y la mantequilla. Cocinamos hasta que los guisantes están tiernos, después trituraremos todo hasta conseguir un puré.

Para el bacalao: en un recipiente ponemos el aceite de oliva y calentamos hasta 60º. Cocer las zanahorias y el brócoli con mantequilla, sal y azúcar.

En el centro del plato colocaremos, haciendo una especie de cama, las zanahorias y el brócoli, encima colocaremos el lomo de bacalao recién confitado y a los lados el puré y la crema.

Recetas

Paletilla de cordero lechal asada a la antigua usanza con perfume de romero

Elaboración: En una fuente en el horno se colocan las paletillas con la parte interior hacia arriba, salamos e incorporamos todos los ingredientes. Introducimos al horno previamente calentado a unos 180º y dejamos asar una hora y media, sacamos la bandeja y le damos la vuelta seguimos asando a unos 200º durante 15 minutos. Sacamos del horno y reservamos. En una sartén freímos la cebolla previamente picada y ponemos patatas cocidas en rodajas, dejamos cocinar hasta que estén tiernas las patatas.

Presentación: En el plato elegido colocamos las patatas sin aceite, como si fuese una cama colocamos sobre ellas la paletilla, para finalizar regamos con el jugo de la bandeja.

INGREDIENTES

- 4 paletillas de cordero lechal
- 1 limón
- 1 cabeza de ajo
- 200 ml aceite de oliva virgen extra
- 1 rama romero fresco
- 1/2 l agua
- 2 patatas
- 1 cebolla

Recetas

Plato de los Montes

No hay mejor compañía para los productos del cerdo que un par de huevos fritos y de papas, también fritas. El conjunto adquiere cualidades sublimes. El lomo en mantequera de "los montes" acompañado de huevos fritos siempre ha sido famoso.
Elaboración: Se fríen en pequeñas cantidades y por separado los ingredientes anteriormente mencionados, con el aceite a temperatura elevada. Se sirven en una fuente amplia.

INGREDIENTES

- Huevos
- Lomo en manteca
- Chorizos
- Morcilla
- Pimientos verdes
- Patatas

INGREDIENTES

- Lechón
- Sal
- Agua
- Manteca

Cochinillo asado

Abrir el cochinillo en canal, untar manteca y un poco de agua en una cazuela de barro, añadir un poco de sal al lechón y poner éste abierto en posición horizontal en la cazuela de barro y meter en el horno durante 1 hora y 30 minutos a temperatura media, después dar la vuelta y terminar de dorar hasta que la piel este crujiente.

Recetas

Mollejitas de cordero lechal al oloroso con salsa de hongos y ajetes

Elaboración: Dorar la molleja en la plancha, en una sartén poner aceite de oliva, dorar los ajos y añadir los hongos y los ajetes (previamente limpios y troceados), una vez pochados añadir las mollejas al vino oloroso y reducir la salsa entre 8 y 10 minutos aproximadamente.

INGREDIENTES

- Mollejitas de cordero lechal
- Ajos
- Hongos
- Ajetes frescos
- Aceite de oliva virgen
- Vino oloroso
- Sal
- Pimienta

Recetas

INGREDIENTES

1/2 kg de pan moreno

200 g de harina candeal

1/4 litro de leche

100 g de matalahúga

100 g de miel de caña

Sal

Gachas

Las gachas pueden hacerse –siempre con harina– con leche o con caldo de cocido y según el lugar, reciben los nombres de farinetas, farrepas, formigas, paleadas, pulientas o puches. Se dice que los egipcios comían gachas de mijo, de cebada y de trigo; mientras que los griegos las mezclaban con aceite.

Parecidas a las gachas malagueñas son las que se hacen en Murcia con leche y con arrope, siendo costumbre comerlas en la festividad de Todos los Santos. Las gachas normalmente se relacionan con la Nochebuena. Así se deduce el texto de muchos villancicos; como por ejemplo: "En el portal de Belén / hay un viejo comiendo gachas / con la paleta en la mano / invitando a las muchachas"

Elaboración: Se fríe en aceite el pan moreno cortado en dados y se retira. En el mismo aceite se echa un puñado de matalahúva y se aparta del fuego rápidamente. En una cacerola se pone a hervir agua, a la que se añade el aceite con la matalahúva. Después, se deja que se enfríe completamente.

En un cacharro aparte se desleirá la harina con un poco de agua fría y sal. Se une esta masa al agua con el aceite y la matalahúva y se pone a fuego lento, sin dejar de remover durante quince o veinte minutos. Se sirve en sopera. A los platos individuales se les añaden los dados de pan frito y se rocían con miel de caña.

Recetas

INGREDIENTES

300 g de harina

2 huevos

1 limón

100 g de azúcar

Leche, vino de Málaga, levadura, aguardiente, azúcar en polvo y aceite

Roscos de vino

Es sencilla y, con ligeras variantes, puede encontrarse en otros lugares, no sólo de Málaga, sino de Andalucía y en casi toda España. En otra receta conventual, los roscos se hacen con anisetes molidos y anís dulce, recomendándose que, una vez hecha la masa y trabajada sobre el mármol, antes de darle forma de roscos se deje reposar durante horas. Para preparar la masa, se mezclan los huevos, raspaduras de limón, azúcar, leche, vino de Málaga, harina, levadura y aceite frío, y se trabaja bien el conjunto hasta la masa resulte homogénea. Se deja reposar unos minutos y a continuación, enrollando con las manos, se hacen los roscos del tamaño deseado. Se fríen en una sartén con aceite, procurando que no se quemen y se ponen a secar. Seguidamente, se pasan ligeramente por aguardiente y azúcar en polvo.

Piña natural con crema pastelera caramelizada

En un cazo mezclamos la leche con la canela, la vainilla, el azúcar y la harina de maíz. En un bol ponemos las yemas de huevo y la harina de maíz, se mezcla con la leche restante, cuando empiece a hervir incorporamos la mezcla sin parar de mover.

Se corta una rodaja de piña de unos 3 cm y se separa la pulpa de la piel, cortamos el centro en dados y desechamos el corazón, sobre ésta tapamos con la crema y sobre ella echamos 100 gr de azúcar, por último con la ayuda de un quemador la caramelizamos.

INGREDIENTES

1 piña

100 ml de crema pastelera

100 g azúcar.

Para la crema pastelera:

1 litro de leche

6 yemas de huevo

100 g de azúcar

1 vainilla

100 g de harina de maíz

1 vaso de leche

Canela

Málaga

Málaga

Capital de la Costa del Sol

"Málaga es gente con arte, sabor, fiesta, historia, estilo, pasión..."

El término municipal de Málaga, uno de los tres más grandes de la provincia, junto con los de Antequera y Ronda se extiende por paisajes muy diferentes. La zona de los montes cubre la mitad norte del municipio con relieves alomados que llegan a alcanzar una considerable altitud, siendo el pico de Santo Pitar con 1.020 metros el punto más alto.

Desde el cauce del Guadalmedina hasta el borde occidental del municipio se caracteriza por el monte bajo. El frente sur de estos montes, en la zona de contacto con la Hoya de Málaga, presenta un aspecto de carácter urbano con barriadas, como la Granja Suárez, urbanizaciones, como la del Atabal, y pueblos, como el de Puerto de la Torre.

Hacia el sur, entre los valles de los arroyos de Jaboneros y Gálica, se levanta el Cerro de San Antón. Sus "pechos" se levantan sobre la fachada litoral observando el avance de la zona este de la ciudad a través de barrios que penetran por los pequeños valles (Caleta, Limonar, Pedregalejo y Palo) o suben por las estribaciones de montes y cerros (Cerrado de Calderón, Miraflores del Palo y el Candado).

La capital de la provincia es, desde el punto de vista gastronómico, el compendio de lo mejor y más popular de la cocina malagueña. Durante todo el año, son propios el adobo, los arenques, el arroz a la marinera, los boquerones en vinagre, cóctel de

Datos básicos

Población: 558.287 hab.

Superficie: 385.5 km^2.

Altitud: 5 m.

Precipitación media anual: 469 l/m^2.

Temperatura media anual: 18'4º C

Catedral

Málaga

gambas, la ensalada malagueña o de bacalao con aceitunas y naranja, el gazpachuelo, las gambas al pil pil, las gachas, la sopa de pescado, los espetos de sardinas y la fritura de pescado de la Bahía.

En invierno, son platos habituales la berza de coles, la cazuela de fideos, los espárragos, el puchero, la sopa de ajo, la sopa de boquerones y la malagueña. En verano no pueden faltar las tradicionales sopas frías, como el ajoblanco con uvas y el gazpacho.

Restaurantes

Coordenadas:
X:376505,83343
Y:4075008,11199

Restaurante Hotel Humaina

Especialidades: Huevos a la Humaina, Jamón al vino de los montes, Setas en morrete.

Descripción: El restaurante Humaina, que también ofrece servicios de alojamiento, se enclava en pleno corazón del Parque Natural de los Montes de Málaga. Antigua cortijada que se dedicaba al ganado y agricultura por donde han pasado numerosas generaciones de los malagueños que en su día consideraron al parque como fuente de riqueza y supervivencia. El ruido de la arboleda y de los pájaros rompe un silencioso y tranquilo enclave de bellas vistas donde el contacto con la naturaleza es su mayor valor. La comida se corresponde con la tradicional de estos parajes donde con la intimidad y sosiego que da este lugar viene a multiplicar sus propiedades culinarias.

Datos de contacto

Dirección: Parque Natural Montes de Málaga Carretera de Colmenar, s/n 952 64 10 25

Web: www.hotelhumaina.es info@hotelhumaina.es

Tipo: Restaurante, Hotel 3 estrellas de 12 habitaciones

Emplazamiento: Área rural

Horario: abierto 24 horas

No cierra

Recetas

INGREDIENTES

Seta de cardo
Aceite de oliva
Ajo
Vino blanco
Perejil

Seta de cardos

Elaboración: En una sartén a fuego lento se vierte un poco de aceite de oliva. Esperamos a que se caliente y echamos los ajos previamente troceados. Una vez dorados se vierten las setas y se rehogan con vino blanco. Después añadimos el perejil que habremos cortado en pequeños trozos. Lo dejamos reposar y listo para servir.

Huevos Humaina

Elaboración: Se corta el pan en rodajas pequeñas y se remojan en agua y sal.
En una sartén se vierte un poco de aceite de oliva y se echan los ajos troceados. Una vez dorados se echa el pan y se remueve a fuego lento continuamente, hasta que quede una textura blanda y suelta Por último se añade el huevo frito, la morcilla negra, el chorizo en manteca, las aceitunas y el lomo.

INGREDIENTES

Pan
Aceite de oliva
Sal
Pimienta
Ajo
Huevo frito
Aceitunas Malagueñas
Lomo en manteca
Chorizo en manteca
Morcilla negra

Recetas

INGREDIENTES

- Pierna de cordero
- Sal
- Pimienta
- Manteca de cerdo
- Vino blanco de Montilla
- Agua
- Patata redonda
- Cebolla
- Vino
- Coñac
- Pimiento rojo
- Pimiento verde

Pierna de cordero

Elaboración: Salazamos la pata y untamos por ambas caras manteca de cerdo después de echarle la pimienta. Colocamos la pierna de cordero en el horno con un poco de agua a 190º. Se deja cocinar unos 15 minutos. Agregando después el vino blanco y un poco de coñac flambeado. Mantenemos la pata en el horno 45 minutos por una cara y luego otros 45 minutos por la otra. Después volvemos a darle la vuelta y lo dejamos dorar 10 minutos. Finalmente servir en el plato con su guarnición de patatas panaderas.

Guarnición de patatas panaderas: En un recipiente adecuado para el horno se pone una capa de patatas, una de pimiento rojo, otra de pimiento verde y otra de cebolla. Se mete todo en el horno con vino blanco, coñac, sal y pimienta hasta que se doren.

Colmenar

Colmenar Málaga

Un pueblo con sabor a miel

Datos básicos

Población: 3.287 hab.

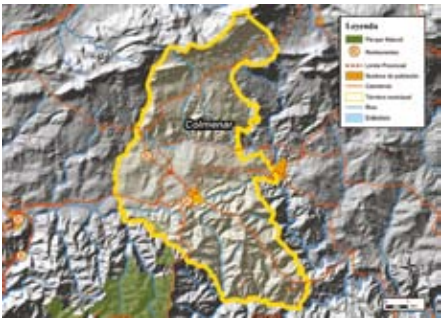
Superficie: 66 km^2.

Altitud: 694 m.

Precipitación media anual: 765 l/m^2.

Temperatura media anual: 16'5º C

"Colmenar, nombre que se remonta a tiempos atrás por la riqueza de sus colmenas. Le conocen como la capital de los Montes de Málaga y perteneciente a la Axarquía. Lugar que nos ofrece disfrutar del placer y del sosiego de la vida de pueblo, donde se entremezclan la vivienda rural con la urbana, sin olvidar su pasado histórico y su agradable olor y sabor a pueblo. Rico en costumbres y tradiciones"



Municipio fronterizo, entre las comarcas de la Axarquía y de los Montes de Málaga. Su término municipal comprende parte de la Sierra de los Camarolos y del Jobo, donde se hallan los picos de Chamizo, Pelado, Sierra Prieta, Águila y Ballesteros. Ofrece un paisaje diverso de montañas rocosas, desde el norte hacia el sur, y desde el este al oeste, de olivar y cereales. Se puede llegar desde Málaga tomando la N-331 dirección Antequera hasta el desvío de Colmenar.

Se asienta en una zona rica, a 44 kilómetros de Vélez Málaga y a 30 Kilómetros de Málaga, en pleno corazón de los montes, de ahí que también sea conocida como "La capital de los Montes de Málaga".

Habitado desde el Neolítico, tal y como lo testimonian los restos hallados en la cueva de las Pulseras.

Colmenar goza de una riquísima cocina autóctona, basada principalmente en los

Colmenar

productos de la tierra: el aceite y el vino. De esta cocina nacen los platos más típicos como: Plato de los Montes, Migas, Puchero de garbanzos, Chivo, Caracoles, el Cocido de garbanzos con Tocino, la Tortilla de habas, el Gazpachuelo y la Porra. El Gazpacho frío es el plato típico del verano.

Todas estas comidas las podemos acompañar con vino mosto de fabricación casera.

También hay que saber que en el aspecto gastronómico es conocido por sus excelentes chacinas y embutidos: lomo, chorizo, morcilla, etc. Son buenísimos su aceite de oliva y la exquisita miel de abeja.

En cuanto a la repostería, destaca la elaboración de los sabrosos Roscos de Huevo y Borrachuelos caseros.

Y en postres no podemos olvidar la Carne de membrillo y la Meloja (hecha a base de fruta, calabaza y miel), sin olvidarnos del típico y famoso Hornazo (postre hecho con huevo cubierto de masa de pan y cocido en el horno).

Restaurantes

Datos de contacto

Dirección: Camino de Málaga, 107. 952 73 00 31

Tipo: Restaurante Hotel 2 estrellas de 11 habitaciones

Emplazamiento: Periférico

Horario: 9 a 12

Cerrado: Martes tarde

Capacidad: 80 plazas

Restaurante Casa Belén

Especialidades: Caracoles, Migas, Chivo, Lomo de Orza, Callos y Potajes.

Descripción: De nueva construcción en el año 2.000 y ubicado a las salidas del pueblo de Colmenar en su conexión con la denominada carretera de los Montes. Este restaurante se caracteriza por el buen saber hacer la comida más tradicional de la zona por parte de la dueña que le da nombre y que todo el mundo conoce en el Municipio. Junto con habitaciones cálidas, dispone de un salón amplio en los que la comida hogareña se puede degustar con la certeza de acertar.

Coordenadas:
X: 380663,097
Y: 4085123,149

Restaurantes

Coordenadas:
X: 378779,4463
Y: 4087218,936

La Casona de los Moriscos

Especialidades: Codillo, Solomillo trufado, Lomo en salsa, Migas

Descripción: Este restaurante, aprovecha una señorial casa situada entre los términos de Colmenar y Alfarnate. Antaño fue propiedad de una familia señorial en donde los pastos de estas zonas sirvieron para configurar una importante cabaña ganadera. Conocida esta ruta como la de los Montes de Málaga fue paso obligado en las comunicaciones por carretera entre la Capital Malagueña y Granada despertando por este tránsito de mercancías y personas el interés de numerosos "bandoleros" de las que son conocidas infinidad de historias.

Datos de contacto

Dirección: Ctra. Antigua Málaga-Granada, km. 530. 952 73 05 22

Tipo:

Bar-Restaurante

Emplazamiento: Área rural

Horario: 7:30 a 23:00

Cerrado: Lunes

Capacidad: 82 plazas

Restaurantes

Datos de contacto

Dirección: Urbanización El Jaral. C/ Serranía de Ronda s/n. 952 73 05 30

Tipo: Restaurante Hotel 3 estrellas de 12 habitaciones

web: www.balcondelosmontes.es

Emplazamiento: Céntrico

Horario: 1:00 a 11:00

Cerrado: Abierto 24 horas

Capacidad: 120 plazas

El Balcón de los Montes

Especialidades: Carnes a la brasa

Descripción: De reciente construcción dispone así mismo de habitaciones para el descanso del viajero. Dispone de un cálido y bien decorado salón donde el chivo y el cordero, así como las carnes a la brasa son sus especialidades. Su tienda de productos de la zona permite al visitante, además de degustarlos, incorporar a su despensa una gama de productos donde la chacina y el queso que identifican a este enclave no pueden faltar.

Coordenadas:
X:380499,667381
Y:4085107,83995

Recetas

INGREDIENTES

- 4 codillos de cerdo
- 1 cebolla entera
- 2 zanahorias
- 2 limones
- Canela en rama
- Pimienta blanca molida
- 1/2 litro de aceite de oliva virgen
- Laurel
- 1/2 litro de vino moscatel
- 100 g de pasas de Corintio
- Sal

Codillo con salsa

Elaboración: En una cacerola lo suficientemente grande para que entren los 4 codillos, se vierte el aceite de oliva virgen y cuando está caliente se doran los codillos. A continuación se le agregan la cebolla, las zanahorias enteras sin piel, los limones con piel partidos por la mitad, tres ramas de canela y el laurel. Una vez dorada un poco la cebolla, se añade el vino moscatel y se terminan de cubrir los codillos con agua.

Se deja cocer todo a fuego lento hasta que la carne de los codillos se despegue del hueso, a continuación se sacan los codillos y se depositan en una gran fuente para ser servidos.

De la cacerola, se retiran las ramas de canela, los limones, el laurel y la salsa que nos queda se bate quedando una salsa que debemos reducir añadiendo a continuación las pasas de corintio. Con esta salsa se bañan los codillos y se acompaña de unas patatas fritas a lo pobre en aceite de oliva.

Recetas

INGREDIENTES

1 pan cateto duro

2 cabezas de ajo

Sal

Aceite de oliva virgen extra de la zona (verdial o picual)

Para la guarnición:

Morcilla, chorizo, lomo de orza, pimientos fritos, naranja

Acompañamiento: Mosto de Colmenar elaborado a partir de uva moscatel

Migas de pan

Elaboración: Se corta el pan en rodajas finas. Se remoja en agua con sal. En una sartén con poco aceite se fríe el ajo. Una vez fritos se añade el pan escurriéndole el agua. A fuego lento sin dejar de mover y sin tapar durante una o una hora y cuarto. El pan eliminará su contenido de agua y se obtendrá este exquisito plato. Para la guarnición se fríen los pimientos, se pasa por la sartén un poco el chorizo y la morcilla, se calienta el lomo de orza y se añade la miga. Se decora así mismo con naranja.

Lomo en orza

Elaboración: Se corta la carne de lomo de cerdo en cuadrados medianos. En una sartén se añade aceite y manteca de cerdo, unas hojas de laurel y pimienta al gusto. Una vez sazonada la carne se añade y se deja freír a fuego vivo. Una vez frito se introduce en una orza de barro la carne y se cubre con el aceite y la manteca liquida de la fritura y se deja reposar hasta que el líquido se espese.

INGREDIENTES

3 kg de lomo de cerdo

Manteca de cerdo

Aceite

Laurel

Sal

Pimienta

Recetas

Chivo en salsa

Elaboración: Se trocea el chivo y se sazona. En una sartén se pone a freír el ajo. Una vez dorados se añade el chivo, la guindilla y el laurel. Se mantiene durante 1 h. aproximadamente a fuego vivo. En otra sartén freímos la rebanada de pan y las almendras. Una vez fritos se escurren del aceite y se tritura o machaca en un mortero. La masa resultante con un poco de agua o vino blanco se incorpora a la sartén donde estamos friendo el chivo junto con un poco de azafrán y se deja hervir durante 15 minutos a fuego lento.

INGREDIENTES

3 kg de chivo de Colmenar sacrificado cuando el animal posea unos 7 u 8 kg de peso

1 rebanada de pan

Almendras

Guindilla picante

Pimienta

Laurel

Sal

Aceite de oliva

Azafrán

Ajo

INGREDIENTES

Conejo: 1’5 kg

Vino blanco: 1 copa

Almendras: 15

Ajo: 2 cabezas

Azafrán en rama: una pizca

Laurel: 2 hojas

Pimienta negra en grano, sal: al gusto

Conejo al ajillo

Elaboración: En una cazuela con aceite vamos moreando el conejo. Mientras en un mortero, machacamos las almendras, los dientes de ajo, la pimienta negra y las hebras de azafrán. Cuando el conejo esté dorado le añadimos este majao, el vino blanco y las hojas de laurel. Lo dejamos todo cocer a fuego lento durante unos 40 ó 45 minutos, y ya está listo para comer.

Recetas

INGREDIENTES

Agua: 4 litros

Matalauva: 1 cucharada pequeña

Laurel: 2 hojas.

Caracoles: 1'5 kg

Cerecillas (pimiento picante pequeño): 2

Sal al gusto

Cáscara de naranja seca: 1

Caracoles

Limpiamos los caracoles con agua, sal y vinagre varias veces, una vez que previamente han soltado su digesta (para ello los días anteriores se suelen meter en harina). En una olla ponemos a hervir el agua, y cuando empiece a estar caliente le echamos los caracoles (los dejamos 2 horas de cocción a fuego lento, hasta que se vaya evaporando el agua, dejando sólo 1'5 l, aproximadamente). Cuando empieza a hervir el agua es porque el caracol desprende la carne de su caparazón, sólo entonces aumentamos el fuego, a partir de ese momento no dejamos de espumar el agua. Mientras en una especie de saquito, metemos la cáscara de naranja, cerecilla, la matalahúva y la sal; tras una hora sacamos el saquito y los servimos en su propio caldo.

Solomillo trufado

Abrimos el solomillo longitudinalmente sin llegar a los extremos pero con profundidad, lo rellenamos con los taquitos de jamón, la yema de un huevo troceada, la carne molida, el pimiento morrón, y los dientes de ajo y el perejil muy picados, que han sido unidos entre sí por la clara de huevo. Cuando tenemos la carne rellena, la cosemos con aguja e hilo; y después preparamos un majao (limón, ajos y perejil) en donde lo dejaremos macerar unas horas. Cuando la carne haya adquirido una tonalidad blanquecina, se pone a fuego lento en una cazuela en donde le echamos el aceite y la manteca de cerdo hasta que cubra al solomillo, durante unos 45 minutos. Luego cortamos el solomillo en rodajas y podemos acompañarlas con lo que gustemos.

INGREDIENTES

Solomillo: 600 gr

Carne molida de cerdo: 500 gr

Manteca: ½ kg

Aceite: ½ litro

Pimiento morrón

Ajos: 4 dientes

Perejil

1 Huevo

Taquitos de jamón serrano

Pimienta blanca molida

Huevo: 2 (uno de ellos, duro)

Recetas

Leche frita

Elaboración: En un cacillo calentamos la leche con la canela en rama, la cáscara de limón y el azúcar, cuando hierva, se retira la cáscara y la rama de canela. Después preparamos la maicena que la diluiremos con un poco de leche, y se la agregamos a la leche que sigue en el fuego, cuando el líquido haya espesado, lo apartamos. El resultado lo vaciamos en un molde y lo dejamos enfriar. La troceamos y con huevo batido y harina rebozamos los trozos y los pasamos por pan rallado, los freímos y se embadurnan con azúcar y canela molida.

INGREDIENTES

Leche: ½ litro

Canela en rama: 1 tubo

Azúcar: 4 cucharadas colmadas

Maicena: 2 cucharadas

Limón: 1 cáscara

Canela molida al gusto

Huevo: 1

INGREDIENTES

1 kg de carrillada de cerdo

1 cabeza de ajos

Sal

Pimienta blanca molida

1 vaso de aceite de oliva virgen

1 vaso de vino blanco

Laurel

Carrilladas de cerdo

Elaboración: En una cacerola se vierte el aceite de oliva virgen y cuando está caliente se doran los ajos con piel y se sacan del aceite, éste ya tomó el sabor de los ajos, se depositan las carrilladas limpias y partidas por la mitad salpimentadas previamente, se doran las carrilladas y una vez doradas se añade el vaso de vino blanco, 2 hojas de laurel y un poco de agua, se deja cocer a fuego lento hasta que la carne esté tierna. Se le agregan los ajos y se deja cocer unos 10 minutos a fuego lento. En platos individuales poner varias carriladas bañadas con la salsa y acompañar con unas patatas fritas en aceite de oliva virgen.

Recetas

INGREDIENTES

1 docena de huevos

1/2 litro de agua

1/2 kg de azúcar

Tocino de cielo

Elaboración: En un recipiente, se apartan 10 yemas de huevo de las claras y se añaden dos huevos enteros. En un cacillo verter el 1/2 litro de agua con el 1/2 kg de azúcar y se deja hervir hasta conseguir un almíbar transparente. Se deja enfriar el almíbar. Se le da un toque de batidora al recipiente donde se encuentran las 10 yemas con los dos huevos agregando el almíbar anterior frío. Una vez cocido el tocino de cielo, se deja enfriar en el frigorífico y se vierte el molde sobre una fuente. Servir sobre cubiletes de galletas bañadas en chocolate un trozo del tocino de cielo y cubrirlo con crema de yogur o nata montada.

Manual de buenas prácticas ambientales

INTRODUCCIÓN

Todos queremos cambiar el mundo y hacer de él un lugar en el que podamos disfrutar plenamente de todo lo bueno que tiene la vida. Pero no es suficiente con que los gobiernos, instituciones y organizaciones ecologistas tomen medidas, promuevan proyectos y expresen exigencias. Es fundamental que ciudadanos y ciudadanas conozcamos y asumamos cuál debe ser nuestro comportamiento para conseguir un medio ambiente más saludable, también cuando nos alojamos o practicamos actividades turísticas en el medio rural.

TRANSPORTE

1. Procure mantener una moderada velocidad en nuestras carreteras. Además de necesitar un tránsito sosegado por su condición de carreteras de montaña podrá evitar a tiempo atropellos de la fauna. En caminos, no se debe circular a más de 40 km/h, salvo indicación expresa.
2. Estacione el vehículo a la entrada de nuestros pueblos pequeños. Le resultará más gratificante realizar la visita paseando y así no congestionará sus calles estrechas.

CONSUMO DE AGUA

1. Procure cerrar bien los grifos una vez usados. Una gota por segundo supone un despilfarro de 30 l diario, un sobre consumo que no nos podemos permitir.
2. Cierre los grifos mientras realiza otra actividad como el cepillado de dientes, el afeitado o el enjabonado de manos.
3. No utilice el WC como basurero ni accione innecesariamente la cisterna. Si ésta dispone de dispositivo de doble uso, accione el que corresponda a la necesidad de cada momento.
4. Use la ducha en lugar del baño, ya que normalmente el consumo de agua de una ducha es de 5 a 6 veces menor que el de un baño.

CONSUMO DE ENERGÍA

1. Procure apagar las luces cuando no las esté utilizando. En caso de que haya tubos fluorescentes, es recomendable apagarlos sólo si no vamos a usarlos hasta después de dos horas o más.

Manual de buenas prácticas ambientales

2. Antes de marcharse de la habitación, procure que no queden luces encendidas ni dispositivos eléctricos enchufados innecesariamente.
3. Cuando use el frigorífico, procure no abrirlo innecesariamente, dejarlo abierto mientras piensa lo que va a coger o introducir productos calientes en él, ya que todo esto fuerza la maquinaria y, por tanto, aumenta el consumo de electricidad.
4. No abuse de la climatización, pues representa un excesivo consumo de energía. Abrir o cerrar ventanas o permitir que pase más o menos luz son fórmulas que ahorran energía.
5. Apague el televisor cuando no le esté prestando atención o lo tenga en sistema de stand-by, que supone un consumo diario de 1,5 vatios.

RESIDUOS

1. Colabore en el reciclaje de residuos. Use los contenedores específicos de recogida selectiva que se hallan en el alojamiento y en el pueblo. Utilice en todo momento las papeleras de las que dispone en la habitación y en los lugares comunes.
2. Haga las compras con una bolsa de tejido o cualquier otro material reutilizable y rechace las ofertas de bolsas de plástico o envoltorios innecesarios ofrecidos por el establecimiento. De esta forma contribuirá a reducir la generación de residuos.
3. Utilice fiambreras para envasar los alimentos o picnics de excursiones.
4. No arroje los residuos que pueden resultar peligrosos para el medio ambiente (Ej. pilas alcalinas o de botón, productos de limpieza, medicamentos, etc.) a la basura. Utilice los contenedores especializados de los que al efecto dispondrá el alojamiento.

RUIDOS

1. Asegúrese de que su vehículo está debidamente insonorizado conforme a la legislación vigente. Conduzca evitando producir fuertes aceleraciones generadoras de un ruido innecesario, especialmente si su vehículo es una motocicleta, un ciclomotor o quad.
2. Evite gritos o charlas en voz alta en lugares públicos como restaurantes, cafeterías u otras dependencias.
3. No utilice el equipo de música a volumen alto y, menos aún, con las ventanillas bajadas cuando circule por nuestros pueblos o por el entorno rural y natural.

Manual de buenas prácticas ambientales

4. Procure tener bajo el volumen de su equipo de música o televisor cuando permanece en la estancia de un alojamiento, pues seguramente estará impidiendo el descanso de su vecino.

CONSUMO

1. Contribuya al afianzamiento de la agricultura ecológica en el entorno rural de estos pueblos comprando sus productos. Esto redundará en un medio ambiente y unos alimentos de mejor calidad, exentos de sustancias químicas agresivas de la agricultura convencional. Al respecto, recomendamos que tenga presente la ecoetiqueta de la Unión Europea sobre productos ecológicos.
2. Si tiene posibilidad, seleccione aquellos productos cuyo envase dispone de la etiqueta de "material reciclable", pues facilitará así la salida ecológica de los residuos que genere.
3. Si el comercio dispone de sistema de depósito-retorno de envases (botellas de vidrio, cajas de verduras, etc.), utilícelo y evitará la generación innecesaria de residuos y facilitará su reutilización.
4. En la compra de alimentos, adquiera los productos de envases de vidrio y papel frente a los de metal y plástico. En la medida de lo posible, evite las pequeñas porciones y elija siempre envases grandes porque son más económicos y suponen menos gasto de energía y tratamiento de residuos.
5. Asegúrese de que los sprays que compre tienen la ecoetiqueta de "amigo del ozono" para evitar el deterioro de esta importante capa de la atmósfera.
6. Es aconsejable realizar compras de artesanía de los pueblos que visite. Con ello no sólo estará adquiriendo una manifestación de arte popular sino que estará contribuyendo al afianzamiento de iniciativas que mantienen viva nuestra cultura.
7. Por el mismo motivo, deguste los platos típicos de los pueblos que visita a fin de comprobar la exquisitez de sus platos, una manifestación de cultura local.
8. Igualmente, y en la medida de lo posible, escoja preferentemente los productos alimenticios producidos en el entorno rural de los pueblos que visita. De este modo, estará contribuyendo al mantenimiento de los habitantes y a la persistencia del paisaje agrario fruto de una actividad milenaria.

Manual de buenas prácticas ambientales

9. Atienda al etiquetado o las certificaciones de los productos y servicios que adquiere. Acreditaciones como la Marca Parque Natural, ISO 14000 y 9000, EMAS o Marca Calidad Certificada aseguran óptimas prestaciones en cuanto a medio ambiente y calidad.

VISITAS TURÍSTICAS

1. Disfrute con respeto de nuestro Patrimonio Histórico y Artístico. Siga en todo momento las instrucciones del guía cuando reciba este servicio.
2. Procure no tocar ni deteriorar las piezas artísticas. Una mano que pasa por una escultura, un tapiz o una pintura se suma a miles hasta producir un deterioro irreversible.
3. En las visitas a iglesias, respete el horario de culto de la población local. Absténgase de realizar fotografías en su interior (a no ser que se le autorice) y mantenga la voz muy baja en todo momento.
4. Evite la tentación de coger alguna pieza como una tesela de un mosaico como souvenir. Piense que tal acción, por sí solo perjudicial para la integridad del patrimonio, resulta gravemente perniciosa cuando se suma a la de otros visitantes.
5. No siga la tendencia generalizada de dejar testimonio de su visita rubricando su nombre en elementos del patrimonio natural o cultural como rocas, cortezas de árboles, murallas, etc. Con ello está deteriorando de manera irreversible la calidad de la visita para otros visitantes.
6. Evite ruidos molestos durante sus paseos por las calles. Respete las horas de descanso de la población y sus ritmos de vida, que no suelen coincidir con los del ocio de los visitantes.
7. Si tiene oportunidad de asistir a alguna manifestación festiva o folclórica de un pueblo, respete todo lo posible el sentimiento de su gente, aunque no comparta las creencias y ritos locales.
8. Disfrute de la visita de nuestros campos de cultivo y espacios rurales. No los pise ni recoja frutos de los cultivos sin el permiso del propietario. Disfrute de la visita de nuestros espacios naturales protegidos y respete las normas de comportamiento en este tipo de lugares. Atienda a las indicaciones de los informadores o de los carteles y senderos y otros equipamientos.
9. Es recomendable no practicar modalidades de turismo activo que puedan suponer alguna agresión al medio. Podrá informarse en centros de visitantes y puntos de

información sobre las actividades permitidas, así como de los lugares y fechas habilitados al efecto.

10. Evite hacer ruido (gritando, con música, etc.) pues no sólo la calidad ambiental para otros visitantes, sino que ahuyenta a animales, a veces con efectos nocivos si con ello abandonan sus cuidados parentales.
11. No realice extracciones de ningún tipo (animales, plantas, fósiles, minerales, etc.) como souvenir o por afición coleccionista. Piense que estas acciones, multiplicadas por el número de visitantes pueden ocasionar serios problemas en la integridad de los ecosistemas de la zona, máxime cuando la extracción afecte a especies protegidas o en peligro de extinción. Haga fotografías para llevarse un recuerdo.
12. En sus rutas senderistas o en bicicleta, si va acompañado de un guía, siga sus instrucciones y, si acude solo, procure respetar los senderos y caminos marcados. No busque atajos ni abra nuevos pues redundaría en una mayor erosión difusa. Procure no arrojar desperdicios de la comida, aunque sean biodegradables; métalos en una bolsa de plástico e introdúzcala en un contenedor específico a su regreso.
13. El monte mediterráneo arde con mucha facilidad, especialmente en verano, por lo que es muy importante que se abstenga de hacer fuego o fumar en zonas forestales. Recuerde que en las áreas declaradas Parque Natural sólo se puede hacer fuego en lugares habilitados y en los meses autorizados (las épocas en las que no está permitido varían anualmente, aunque suelen ir de junio a finales de octubre).
14. Evitar aquellas acciones que puedan causar inconvenientes a las explotaciones, animales domésticos o equipamientos (vallas y pasos de ganado) de los agricultores o ganaderos y respetar el uso original de las cañadas, cediendo el paso a los rebaños y cerrando portillos ganaderos.

Teléfonos de interés

AYUNTAMIENTOS:

- Ayuntamiento de Málaga: Avenida Cervantes, 4.
  Telfs.: 952 13 50 00 – 952 13 52 96
- Ayuntamiento de Casabermeja: C/ Real, 22.
  Telfs.: 952 75 83 77 – 952 75 82 75
- Ayuntamiento de Colmenar: Plaza España, 7.
  Telfs.: 952 73 00 00 – 952 73 00 01

TRANSPORTES:

- Aeropuerto Internacional Pablo Ruiz Picasso: Telfs.: 952 04 84 84 – 952 04 88 38
- Estación de Tren de Málaga: Telfs.: 952 36 02 02
- Estación de Autobuses de Málaga: Telfs.: 952 35 00 61
- Radio Taxi: Telfs.: 952 33 33 33

TELÉFONOS DE INTERÉS:

- Ecomuseo Lagar de Torrijos. Ctra. Málaga-Colmenar (C-345), Km 544,3. 29013 Málaga. Teléfono: 951 042 100
  Web: www.egmasa.es / E-mail: gerencia.malaga@egmasa.es
- Aula de la Naturaleza "Las Contadoras". Apartado de Correos 3.102. 29080 Málaga. Teléfono: 952 11 02 55
  Web: http://perso.wanadoo.es/contadoras / E-mail: lascontadoras@malagasostenible.org
- Hotel Humaina. Ctra.Colmenar (C-345), s/n. 29013 Málaga. Teléfono: 952 641 025
  Web: www.hotelhumaina.es / E-mail: info@hotelhumaina.es
- Oficina del Parque Natural de los Montes de Málaga: Mauricio Moro, 2, 3ª Planta. Edificio Eurocom Málaga. Tlf: 952 04 11 69 - Fax: 952 32 11 68
  E-mail: pn.montesdemalaga.cma@juntadeandalucia.es
- Oficina de Turismo de la Junta de Andalucía en Málaga. C/ Pasaje de Chinitas, 4 Málaga. Tlf: 952 21 34 35 - Fax: 952 22 94 21
  E-mail: otmalaga@andalucia.org
- TURISMO ANDALUZ, S.A. Tlf: 952 12 93 00 – 952 12 93 10

TurismoSostenible

Andalucía

JUNTA DE ANDALUCIA
CONSEJERÍA DE TURISMO, COMERCIO Y DEPORTE