



NUESTRA DESPENSA

La despensa canaria, y en el caso que nos ocupa, la de la Villa de San Bartolomé de Tirajana, gracias al privilegiado marco natural que la caracteriza: su diversidad paisajística y por ende sus distintos microclimas y recursos naturales, ha sido siempre sencilla pero variada y succulenta. La fertilidad de la tierra y las inmejorables condiciones climáticas han sido la base de una huerta con productos de una calidad excelentes: aceitunas, aceite, almendras, quesos, frutas y hortalizas son entre otros los ingredientes que han dado popularidad a nuestras cocinas. Damos a continuación una breve reseña de los productos más característicos de esta tierra sureña.

LAS ACEITUNAS

Es en el municipio de la Villa de San Bartolomé de Tirajana, junto con el de Santa Lucía y Agüimes donde se localizan la mayoría de olivos cultivados. Existe un estudio sobre el olivar canario de la zona, que nos dice que la aceituna es de una variedad autóctona. La oliva se recoge a mano durante el periodo comprendido entre octubre y diciembre. Una vez recogida, se monda, se les hace un corte y se guardan en salmuera, para que se vayan curtiendo y perdiendo el amargor. Antes de consumirlas se les añade el mojo tan característico.

EL ACEITE

Es en el sureste de la isla de Gran Canaria donde podemos encontrar el mayor número de olivos de todas las Islas, entre los 650 y 950 m de altitud sobre el nivel del mar. La Comarca Tirajanera cuenta con un micro clima mediterráneo marítimo, los olivos se adaptan perfectamente. Muchos de los olivos que se localizan en esta zona son centenarios, eran cultiva-

dos por los habitantes del lugar para obtener tanto aceituna de mesa como para la producción de aceite de oliva. El tipo de aceituna existente en Gran Canaria como cultivo tradicional, llamada "del país", se trata de la especie Verdial de Huevar, variedad que debida a las condiciones climatológicas y edafológicas, no tienen nada que ver con el que se produce en el resto de España. Se caracteriza por su intenso aroma afrutado a tomatera fresca, con matices de almendras, gran equilibrio y armonía en picor y amargor, dotándolo de gran personalidad e identidad. En el año 2008 se transformaron casi 100.000 kg. de aceituna de la comarca Tirajanera, obteniendo 20.000 litros de aceite de gran calidad.

LAS ALMENDRAS

Puestos a ensalzar los productos isleños no podemos olvidar la base de nuestros dulces y postres tan afamados fuera de nuestras fronteras. Se dice que el isleño es "goloso y no entiende de una buena comida sin un buen postre". Le gustan de leche, de huevo o los elaborados con mieles o frutos secos, como la almendra, ingrediente imprescindible en cientos de recetas canarias. El almendrero, mato robusto, agreste, fuerte, agradecido y silvestre. Las principales zonas de almendreros en Gran Canaria se localizan en los municipios de Tejeda, San Bartolomé de Tirajana, Artenara y Valsequillo. Los tres primeros cuentan con la mayor superficie arbolada, cuya edad oscila entre los 40-50 y los 100 años de antigüedad. Los agricultores de la zona no recuerdan cuáles son las variedades de almendreros que tienen, ni la procedencia; diferen-

ciando las almendras por su sabor, su color, su tamaño, y la facilidad al partirlas. La mollar es la única variedad reconocida como tal y que garantiza sabor dulce. Las almendras amargas también se comercializan en su totalidad con el nombre de comunas. También existen la denominada fallía, que no llegan nunca a llenar, o la moruna, pequeña y de difícil apertura pero muy dulce.

EL GOFIO

El gofio es un alimento, hecho a base de cereales (cebada, trigo, maíz...), que convenientemente tostado y molido, en cualquiera de sus variedades, representa una de las señas de identidad de la alimentación de los habitantes de Canarias. El mismo era indispensable en la alimentación de los antiguos pobladores de las islas, “los guanches” solían tostar el gofio en recipientes de barro y luego lo molían en molinos de mano hechos con piedra basáltica porosa. La degustación del gofio de millo (maíz), el más usual hoy en día, admite múltiples variantes, bien con la leche del desayuno, bien espolvoreado sobre potajes, cazuelas y caldos de pescado; en forma de pan (pelota o pella de gofio) o como postre (helado de gofio, gofio amasado con miel, caldo y frutos secos). El gofio se caracteriza por ser un alimento con alto valor nutritivo muy rico en minerales, además, es un alimento con bajo poder calórico gracias a su escaso contenido graso.

LOS QUESOS

Los quesos de las islas merecen un alto en el camino para degustarlos y paladearlos, casi todos elaborados de manera artesanal, por ejemplo, el “Queso de Flor”, cuya esencia es el sistema de cuajar la leche utilizando la flor violácea del cardo alcaucí, su textura es cremosa, y su sabor tiene un toque amargo, el de “media flor” procedente también de la zona norte de la isla, es mas cremoso, compacto y con un sabor mas suave. Interesantes son también los quesos de cabra tiernos, los curados con pimentón o gofio, o ambas cosas. El queso de oveja, bastante graso, de olor y sabor intenso y un tanto picante al paladar. En el municipio de San Bartolomé de Tirajana, como en toda la comarca sur, predomina el ganado de cabra adaptándose perfectamente al calor y la sequedad del terreno. El queso que se produce es un queso fresco o semicurado de sabor muy suave. En todas las mesas canarias siempre hay

un buen trozo de queso con el que acompañar los potajes o como “enyesque” (aperitivo).

LA MIEL

La caldera de Tirajana es conocida por su belleza natural, donde abunda una vegetación autóctona rica y variada, convirtiéndose en un entorno ideal para la recolección de miel. Se elabora tanto en la cumbre como en las medianías o la costa. Además, esta miel sureña tiene la particularidad de que no se extrae de una flora específica, sino que la producción de este néctar es multifloral, conocida también como milflores. El mayor tesoro que posee la apicultura de las Islas es la abeja negra autóctona, escindida hace unos 200 mil años de un brazo común que la emparenta con las abejas africanas, y que ha desarrollado unas características genéticas que la hacen única. Nuestro municipio tiene una gran tradición en la producción de mieles que gozan de la estima de los consumidores por sus extraordinarias cualidades. Su tratamiento es completamente artesanal, sin ningún aditivo químico. La miel producida en las medianías y cumbre de este municipio tiene aroma a almendro, es muy cremosa y de buen paladar.

LAS PAPAS

Las papas canarias se diferencian del resto de las cultivadas en Europa por su enorme variedad en la producción. En las islas existen cerca de 30 variedades, algunas de ellas conocidas como la papa bonita, la negra, la blanca, la colorada, la lagada y la nueva, esta última una de las más apreciadas. La papa es uno de los productos más consumidos en las islas.

MOJOS

El mojo es una salsa sencilla típica de las islas canarias, que se elabora con ingredientes crudos que se mojan y mezclan en vinagre y agua, con la que se aderezan muchos de los platos que componen la cocina de las islas. Se pueden clasificar en dos grandes grupos: los mojos verdes y los rojos. El verde acompaña normalmente al pescado y el rojo a la carne, pero hoy en día se utilizan indistintamente. Sus componentes básicos son: aceite, ajo y sal. El verde se elabora con pimientos verdes, cilantro y perejil. Debido a la presencia de agua

en esta salsa obliga a consumirlos como máximo a los pocos días de prepararlo. Los mojos rojos se componen de pimienta “picona” y pimentón. Al carecer de agua pueden conservarse mucho tiempo.

LAS CARNES

La carne más consumida en la Isla es la de cabra, oveja y cochino, en menor medida, la de vaca y las de aves domésticas como las gallinas, sin olvidarnos del conejo. La cabra es el ganado más numeroso de este municipio sureño de San Bartolomé de Tirajana, no necesita grandes cuidados y además produce leche en abundancia, la mayoría destinada a la elaboración de queso. Hay que destacar que en el Archipiélago existen tres tipos de cabras autóctonas únicas en el mundo: la cabra majorera, la palmera y la de Tenerife. La oveja sigue siendo un animal muy apreciado en nuestras cocinas. Pero es el cerdo o “cochino” (denominación más extendida entre los canarios) la estrella de la alimentación tradicional y genérica de las islas. Destacamos en Canarias la existencia de una raza porcina autóctona denominada “cochino negro canario”. La presencia del cerdo negro data de unos 2500 años en las Islas Canarias, donde los aborígenes utilizaron su carne, manteca, piel y huesos para obtener alimento, conservas, vestimenta, adornos y útiles. Es una especie protegida que se caracteriza por su pelaje negro, su rusticidad, resistencia al medio y por su temperamento tranquilo. Su carne es muy apreciada en las mesas y restaurantes isleños.

LOS PESCADOS

El Océano Atlántico es la mayor despensa de nuestro municipio. Su extensa fauna de peces, crustáceos y moluscos es hoy un atractivo reclamo en los restaurantes y un plato habitual en los hogares sureños. Entre sus exquisitas variedades se encuentran viejas, cabrillas, samas, sargos, brechas, salmonetes, lenguados y especies comunes como sardinas, chicharros, distintas especies de magros y túnidos, pulpos y potas. Se consumen frescos, en preparaciones sencillas: fritos, hervidos o a la plancha, o salados o jareados (aireados), acompañados de mojos y papas guisadas o arrugadas; en espléndidos adobos; en escabeches, o en guisos marineros como el sancocho o el llamado caldo de pescado. El pescado más apreciado por los canarios es la vieja, con exquisita textura y sabor aunque de carne frágil.

LAS FRUTAS Y HORTALIZAS

El cultivo de verduras en Gran Canaria, es principalmente para el consumo propio, aunque podemos decir que son de exquisita calidad. Entre ellas encontramos los berros, jaramagos, arvejas, millo, acelgas, calabacines, habichuelas (judías verdes), piñas, calabazas, etc, con las que se elaboran los sabrosos potajes o simplemente se usan como acompañamiento de platos principales. Para las ensaladas contamos con excelentes lechugas, pepínos, pimientos, cebollas y tomates. El tomate en esta zona sur es aromático, de sabor agrídulce, jugoso, sabroso y de pulpa carnosa. Además, resiste los cambios de temperatura y el transporte sin deterioro. Entre las frutas, cabe destacar las tropicales que se cultivan en las islas. Las frutas más conocidas son los higos, aguacates, mangos, papayas, higos picos (o tunos) y las frutas de temporada. Pero la estrella es el plátano pequeño, amarillo y con pintas, son de mayor dulzura y de menor aporte calorico que la banana.

LOS VINOS Y LICORES

Uno de los aspectos peculiares de la isla de Gran Canaria es la diversidad de micro climas que pueden encontrarse en ella, gracias a los cuales uvas de la misma variedad, cultivadas en un área geográfica muy limitada, presentan una amplia gama de características enológicas. Otro aspecto distintivo de los vinos locales es el hecho de que la mayor parte de las cepas fue introducida en la isla antes de que la filoxera devastara los viñedos europeos. Por este motivo es posible cultivar las vides sin tener que recurrir a injertos, de modo que hoy en día la isla cuenta con un patrimonio vinícola de características únicas. La cuenca de Tirajana conoce el cultivo de la vid desde hace varios siglos, pero sólo los más viejos de la zona hablan de vendimias y vino. Las variedades más extendidas en Tirajana son la verijadiego, verdello, malvasía, listán, moscatel y pedro ximénez entre las blancas, y listán, castellana, tintilla y negramoll en tintas. Actualmente existen 7 bodegas que elaboran vinos jóvenes, tintos y blancos. Estos caldos magníficos han conquistado ya el mercado local y su fama está en constante ascenso. El vino de la comarca, joven y suave, los rones de caña, los licores caseros como “La Guindilla” hecha con las magnificas guindas negras de la zona, figuran entre lo que se puede beber antes, durante y después de una buena comida del lugar.



OUR LARDER

The Canary Island larder, and in this case, the larder of La Villa de San Bartolomé de Tirajana, thanks to the unique natural setting that characterises it: its scenic diversity and its different micro-climates and natural resources, has always been a simple, but varied and succulent one. The fertility of the soil and the unrivalled climate have forged the foundation of a farming sector that grows excellent quality produce: olives, oil, almonds, cheese, fruit and vegetables are just some of the ingredients that have made our cuisine so popular. Below is a brief background of the most characteristic products of these southern lands.

OLIVES

The borough of La Villa de San Bartolome de Tirajana, together with the boroughs of Santa Lucia and Agüimes is where most of the olives are grown. There is a study of the local Canary Island olive trees that suggests that this is a native variety of olive. The olives are picked by hand between October and December. Once the olives have been picked, they are peeled, a cut is made in them and they are kept in brine to cure and so that they lose their bitterness. The typical "mojo" sauce is added before eating them.

OIL

The largest number of olive trees in the Canary Islands is to be found in the south east of the island of Gran Canaria, between 650 and 950 metres above sea level. The district of Tirajana has a Mediterranean maritime micro-climate, so the olive trees are

fully adapted to it. Many of the olive trees to be found in this area are hundreds of years old. They were planted by the locals for both olives to eat and for producing olive oil. The kind of olives to be found in Gran Canaria as typical produce, known as "local" olives, are of the species Verdial de Huevar, a variety that is totally different from the olives produced in the rest of Spain, because of the climate and soil conditions. It has an intense fruity aroma of fresh tomato, with almond nuances; it has great balance and harmony of strength and bitterness, giving it a strong personality and identity. In 2008, almost 100,000 kg of Tirajana olives were used to make 20,000 litres of high quality oil.

ALMONDS

As we are praising the produce of the islands, we cannot forget about the cornerstone of our desserts and sweets that have become so famous beyond our shores. They say that the islanders "have a sweet tooth and cannot conceive of a good meal that does not include a good dessert". They like desserts made from milk, eggs and those made with honey or nuts, like almonds, a vital ingredient in hundreds of Canary Island recipe books. The almond is a robust, strong, wild shrub that grows easily and abundantly. The main almond groves on Gran Canaria are located in the boroughs of Tejeda, San Bartolomé de Tirajana, Artenara and Valsequillo. The first three of these districts have the largest area of trees, whose age varies between 40-50 and 100 years old. The farmers of the area cannot remember what variety of almond trees they have, or where they come



UNSERE SPEISEKAMMER

Die kanarische Speisekammer und in unserem Fall die der Ortschaft von San Bartolomé de Tirajana, war dank der privilegierten Natur, die sie umgibt und kennzeichnet, nämlich landschaftliche Vielfalt und folglich Gegenden mit unterschiedlichem Mikroklima und verschiedenen Naturressourcen, immer einfach, jedoch auch abwechslungsreich und schmackhaft. Fruchtbares Erdreich und hervorragende Klimabedingungen legten den Grundstock für einen Gartenbau mit Erzeugnissen ausgezeichneter Qualität: Zutaten wie Oliven, Öl, Mandeln, Käse, Obst und Gemüse haben unseren Küchen Popularität verliehen. Hier geben wir eine kurze Aufstellung der Erzeugnisse, die für diesen südlichen Landstrich besonders charakteristisch sind.

OLIVEN

Im Gemeindebereich von San Bartolomé de Tirajana ist zusammen mit dem von Santa Lucia und Agüimes die größte Anzahl von angebauten Olivenbäumen zu finden. Es gibt eine Untersuchung über den kanarischen Olivenhain der Gegend, die aufzeigt, dass die Oliven eine einheimische Art darstellen. Oliven werden zwischen Oktober und Dezember von Hand geerntet. Nach der Ernte werden sie gereinigt, man bringt

einen Schnitt an und danach werden sie in Salzwasser aufbewahrt, damit sie reifen und ihren bitteren Geschmack verlieren. Vor dem Verzehr wird ihnen die charakteristische Mojo-Sauce hinzugegeben.

OLIVENÖL

Im Südosten der Insel Gran Canaria können wir von allen Inseln die größte Anzahl an Olivenbäumen aller Inseln finden und zwar auf einer Höhe zwischen 650 und 950 m über dem Meeresspiegel. Die Gegend um Tirajana besitzt ein mediterran-maritimes Mikroklima, an das sich die Olivenbäume perfekt angepasst haben. Viele Olivenbäume in dieser Gegend sind Jahrhunderte alt und wurden von den Einwohnern sowohl für zum Verzehr bestimmte Oliven als auch für die Erzeugung von Olivenöl angebaut. Bei der Olivensorte, die traditionell auf Gran Canaria angebaut wird und „Landolive“ genannt wird, handelt es sich um die Sorte Verdial de Huevar, die auf Grund der Klima- und Bodenbedingungen nicht mit denen, die im restlichen Spanien produziert werden, zu vergleichen ist. Das Öl ist durch sein intensiv fruchtiges Aroma frischer Tomatenstauden, mit Spuren von Mandeln, starkem Gleichgewicht und Harmonie

zwischen Schärfe und bitterem Geschmack gekennzeichnet, was ihm eine starke Persönlichkeit und Eigenheit verleiht. Im Jahre 2008 wurden fast 100.000 kg Oliven aus der Umgegend von Tirajana verarbeitet, wobei 20.000 Liter hochwertiges Olivenöl erzielt wurden.

MANDELN

Bei der Lobpreisung der Erzeugnisse auf der Insel dürfen wir die Grundlage unserer Süßspeisen und Desserts, die außerhalb unserer Grenzen Berühmtheit erlangt haben, nicht vergessen. Man sagt, dass der Inselbewohner „ein Leckermaul ist und sich kein gutes Essen ohne ein gutes Dessert vorstellen kann“. Er mag Desserts aus Milch, Eiern oder Honig und Nüssen, wie Mandeln, die eine unverzichtbare Zutat hunderter kanarischer Rezepte sind. Der Mandelbaum, ein robustes Gebüsch, herb, stark, dankbar und wild wachsend. Die meisten Mandelhaine auf Gran Canaria befinden sich in den Gemeinden von Tejeda, San Bartolomé de Tirajana, Artenara und Valsequillo. Die ersten drei verfügen über den größten Baumbestand, dessen Alter zwischen 40-50 und 100 Jahren liegt. Die Bauern in der Gegend können nicht sagen, wie viele Mandelbaumsorten sie haben und auch nicht wo sie herkommen; sie unterscheiden die Mandeln nach Geschmack, Farbe, Größe und je nach dem, wie leicht sie zu knacken sind. Die Mollar Sorte ist die einzige, die als solche anerkannt wird und einen süßen Geschmack gewährleistet. Auch Bittermandeln werden alle unter dem Namen Comunas gehandelt. Es gibt auch eine Sorte, die **Fallia** genannt wird, die sich nie füllt oder die maurische Sorte, klein, schwer zu knacken, aber sehr süß.

GOFIO

Gofio ist ein Lebensmittel, das aus Getreide (Gerste, Weizen, Mais...) hergestellt wird und angemessen geröstet und gemahlen in allen seinen Varianten eines der Hauptnahrungsmittel der Einwohner der kanarischen Inseln darstellt. Er war aus der

Ernährung der Ureinwohner der Inseln nicht wegzudenken. Die Guanche rösteten den Gofio in Tonbehältern und mahlten ihn dann mit Handmühlen aus porösem Basaltgestein. Die Zubereitung des Gofio de Millo (Mais), der heutzutage am meisten verwendet wird, ermöglicht vielfältige Varianten: mit der Frühstücksmilch, auf Suppen, Eintöpfe und Fischbrühen gestreut; als Brot (Gofioball oder Laib) oder als Dessert (Gofioeis, mit Honig, Brühe und Nüssen verkneteter Gofio). Der Gofio ist sehr nahrhaft, reich an Mineralien und außerdem dank seines geringen Fettgehalts ein kalorienarmes Lebensmittel.

KÄSESORTEN

Die Käsesorten der Insel verdienen es, innezuhalten, um sie zu kosten und zu schmecken. Fast alle werden handwerklich hergestellt: zum Beispiel der „Queso de Flor – Blumenkäse“ der sich dadurch auszeichnet, dass die Milch durch die Verwendung der violetten Blüten der Artischockendistel zum Gerinnen gebracht wird. Er hat eine cremige Textur und einen etwas bitteren Beigeschmack. Der „media flor - Halbblütenkäse“, der im Norden der Insel hergestellt wird, ist cremiger, kompakter und etwas sanfter im Geschmack. Interessant sind auch die weichen Ziegenkäse, die Käsesorten, die mit Paprika oder Gofio oder beidem gereift werden, und der ziemlich fette Schafskäse, mit intensivem Geruch und Geschmack, etwas pikant auf der Zunge. In der Gemeinde San Bartolomé de Tirajana sowie in der gesamten südlichen Gegend haben sich die Ziegen vollkommen an die Hitze und den trockenen Boden angepasst. Es wird Frischkäse oder halb gereifter Käse mit einem sehr lieblichen Geschmack hergestellt. Auf allen kanarischen Tischen gibt es immer ein gutes Stück Käse, der zum Eintopf oder als „Enyesque“ (Aperitif) gereicht wird.

HONIGSORTEN

Der Kessel von Tirajana ist für seine natürliche Schönheit mit reicher und vielfältiger, einheimischer Vegetation im Überfluss

bekannt, was ihn zum idealen Feld für die Honigernte macht. Honig wird sowohl auf dem Gipfel als auch in mittleren Höhen oder an der Küste hergestellt. Außerdem zeichnet sich dieser südliche Honig dadurch aus, dass er nicht aus einer spezifischen Flora gewonnen wird. Dieser Nektar kommt aus vielfältigen Blüten und man nennt ihn auch „Milflores“ (Tausendblütenhonig). Der größte Schatz, den die Imkerei auf den Inseln besitzt, ist die einheimische Schwarzbiene, die sich vor circa zweihunderttausend Jahren von einem gemeinsamen Zweig abgespalten hat, durch den sie mit den afrikanischen Bienen verwandt ist und die einzigartige genetische Eigenschaften entwickelt hat. Unsere Gemeinde besitzt eine starke Imkertradition und die Honigsorten werden auf Grund ihrer außerordentlichen Eigenschaften von den Verbrauchern sehr geschätzt. Die Behandlung geschieht vollkommen handwerklich, ohne chemische Zusätze. Der in mittleren Höhen und auf der Spitze dieser Gemeinde hergestellte Honig besitzt Mandelaroma, ist sehr cremig und wohlschmeckend.

KARTOFFELN

Kanarische Kartoffeln unterscheiden sich von den restlichen in Europa angebauten Kartoffeln durch ihre enorme Vielfalt. Auf den Inseln gibt es circa 30 Sorten, von denen einige als schöne Kartoffel, die schwarze, die weiße, die rote, die vernarbte und die neue bekannt sind. Letztere ist eine der beliebtesten Sorten. Die Kartoffel ist eines der Erzeugnisse, die am meisten auf den Inseln verzehrt werden.

MOJOS (KNOBLAUCHSOSSEN)

Der Mojo ist eine einfache Sosse typisch auf den Kanarischen Inseln, der aus rohen Zutaten zubereitet und mit Essig und Wasser vermischt wird. Viele Gerichte der kanarischen Küche werden damit serviert. Man kann sie in zwei Grossgruppen aufteilen: der rote und der grüne Mojo. Den Grünen serviert man normalerweise mit Fisch und den Roten mit Fleisch,

aber heutzutage macht man keinen Unterschied damit. Die Grundprodukte sind: Öl, Knoblauch und Salz. Der Grüne wird mit grünem Paprika, Koriander und Petersilie bereitet. Auf Grund des Wassers muss die Sosse maximal innerhalb ein paar Tagen nach der Zubereitung verzehrt werden. Der rote Mojo besteht aus Chillis und gemahlene Paprika. Da dieser kein Wasser beinhaltet, kann man ihn lange aufbewahren.

FLEISCH

Auf der Insel wird vor allem Ziegen-, Schafs- und Schweinefleisch gegessen, (Rind und Geflügel weniger) – und natürlich Kaninchen. Ziegen kommen in dieser südlichen Gemeinde von San Bartolomé de Tirajana am häufigsten vor. Sie brauchen keine besondere Pflege und produzieren außerdem reichlich Milch, die meistens zur Käseherstellung dient. Es gibt hier drei einheimische kanarische Ziegenarten, die auf der Welt einzigartig sind: die Ziegen aus Fuerteventura (majorera), die aus La Palma (palmera) und die aus Teneriffa. Auch das Schaf ist in der kanarischen Küche sehr geschätzt, doch der Star der traditionellen und allgemeinen Ernährung auf den Inseln ist das Schwein oder „Cochino“ (wie es von den Einwohnern der kanarischen Inseln meistens genannt wird). Die Kanarischen Inseln haben eine eigene Schweinerasse, das „schwarze kanarische Schwein“, das schon seit etwa 2500 Jahren auf den Inseln existiert. Die Ureinwohner verwendeten Fleisch, Fett, Haut und Knochen zur Herstellung von Nahrungsmitteln, Konserven, Kleidung, Schmuck und Werkzeug. Es handelt sich um eine geschützte Art, die sich durch schwarzes Fell, Robustheit, Umweltbeständigkeit und ruhiges Temperament auszeichnet. Das Fleisch wird in Haushalten und Restaurants der Inseln sehr geschätzt.

FISCH

Der Atlantische Ozean ist die größte Speisekammer unserer Gemeinde. Seine ausgedehnte Fauna an Fischen,

Krustentieren und Muscheln macht heute einen großen Reiz der Restaurants aus und stellt ein alltägliches Gericht in den südlichen Haushalten dar. Zu den köstlichen Arten zählen Papageifische, Ziegenbarsche, Rotbrassen, Weißbrassen, gewöhnliche Meerbarben, Seezungen und weitere Arten wie Sardinen, verschiedene Arten von Tunfischen, Tintenfische und Pfeilkalmare. Diese werden frisch und einfach zubereitet gegessen: frittiert, gekocht oder angebraten oder eingesalzt oder luftgetrocknet, begleitet von Mojo-Saucen und gegarten oder runzigen Kartoffeln, gepökelt oder mariniert oder in Seemannsgerichten wie Eintopf oder sogenannte Fischbrühe. Der von den Einwohnern der kanarischen Inseln am meisten geschätzte Fisch ist der Papageifisch, exquisit in Textur und Geschmack, mit butterweichem Fleisch.

OBST UND GEMÜSE

Der Gemüseanbau auf Gran Canaria ist hauptsächlich für den Eigenverzehr bestimmt, doch das Gemüse ist qualitativ ganz besonders hochwertig. Hier finden wir Kresse, Doppelsamen, Erbsen, Mais, Mangold, Zucchini, grüne Bohnen, Ananas, Kürbisse, etc. aus denen schmackhafte Eintöpfe hergestellt werden oder die einfach als Beilagen für die Hauptgerichte verwendet werden. Für Salate gibt es ausgezeichnete Salatköpfe, Gurken, Paprika, Zwiebeln und Tomaten. In diesem südlichen Bereich sind die Tomaten aromatisch, süßsauer, saftig, schmackhaft und fleischig. Sie überstehen außerdem schadlos Temperaturunterschiede und Transport. Bei den Obstsorten sind die auf den Inseln gezogenen Südfrüchte besonders hervorzuheben. Am bekanntesten sind Feigen, Avocado, Mango, Papaya, Kaktusfeigen und Saisonobst. Doch der Star ist die kleine, gelbe Banane mit braunen Flecken, die süßer und kalorienärmer ist als übliche Bananen.

WEINE UND LIKÖRE

Einer der bemerkenswertesten Aspekte der Insel Gran Canaria

ist die Vielfalt an Gegenden mit eigenem Mikroklima, dank derer Trauben derselben Sorte, die in einem eng begrenzten geographischen Bereich wachsen, eine große Breite an weintechnischen Eigenschaften aufweisen. Ein weiterer Aspekt, der die lokalen Weine kennzeichnet, ist die Tatsache, dass ein Großteil der Reben auf der Insel angebaut wurde, bevor die Reblaus die europäischen Weingärten zerstörte. Aus diesem Grund können die Reben ohne Pfropfreise angebaut werden, so dass die Insel heute über ein einzigartiges Weinbauerbe verfügt. Im Kessel von Tirajana ist der Weinbau seit mehreren Jahrhunderten bekannt, doch nur die älteren Leute aus der Gegend sprechen über Weinlese und Wein. Am weitesten sind in Tirajana folgende Sorten verbreitet: Verijadiego, Verdello, Malvasier, Listán, Muskateller und Pedro Ximénez für Weißweine, und Listán, Castellana, Tintilla und Negramoll für Rotweine. Derzeit gibt es 7 Kellereien, die junge Weiß- und Rotweine keltern. Diese ausgezeichneten Weine haben schon den lokalen Markt erobert und ihr Ruhm steigt ständig. Der Wein aus der Gegend, jung und sanft, Rumsorten aus Zuckerrohr, hausgemachte Liköre wie „La Guindilla“, der aus ausgezeichneten Schwarzkirschen aus der Gegend hergestellt wird, zählen zu den Getränken, die vor, während und nach einem guten Essen in der Gegend getrunken werden können.

AGRADECIMIENTOS · ACKNOWLEDGEMENTS · DANKSAGUNG

Nuestro homenaje y agradecimiento a todas las personas que han colaborado en esta publicación aportando sabores tradicionales, heredados de esas abuelas, madres, tías... y en resumen de esas estupendas mujeres y hombres que con sabiduría han contribuido a fijar los aromas, sabores y texturas de nuestra cocina, con cariño, paciencia y oficio. La gastronomía es cultura y ésta no se improvisa, sino que se ejerce, se divulga y se transmite tal como pretendemos con esta guía de gastronómica.

Our tribute and acknowledgement to all the people who have helped in this publication with their traditional know-how, inherited from those grandmothers, mothers, aunts, etc. in short, from those stupendous women who with wisdom and without cook books have helped to establish the tastes, smells and textures of our cuisine with affection, patience and skill. Gastronomy is culture and it is not improvised, but rather exercised, disseminated and transmitted just as we aimed to with this good food guide.

Unser Dank und unsere Anerkennung gilt all denjenigen, die mit ihrem Wissen um Traditionen, das sie von ihren Großmüttern, Müttern und Tanten geerbt haben, zur Erstellung des vorliegenden Werkes beigetragen haben... wunderbare Frauen, die mit ihrem Wissen, das nicht aus Kochbüchern stammt, sondern das sich aus Liebe, Geduld und Erfahrung nährt, unsere Küche um Düfte, Aromen und Texturen bereichern. Gastronomie ist Kultur und nicht Improvisation. Gastronomie wird gepflegt und bekannt gemacht, so wie wir dies mit dem vorliegenden Gastronomieführer tun.

Dña. Siona García López. Dña. Agustina Macías Alemán. Dña. Flora Alemán Trujillo. Dña. Lina Pulido Medina. Dña. Carmen Castellano Santana. Dña. Aurora Ramírez Báez. Dña. Luisa Rodríguez Suárez. D. Fco. Antonio Alemán Rodríguez. D. Juan Agustín Cabrera Ramos. D. José Cazorla Alemán.



ILUSTRE AYUNTAMIENTO DE LA VILLA DE
SAN BARTOLOMÉ DE TIRAJANA
CONCEJALÍA DE TURISMO

Concejalía de Turismo
Dunas, 2
35100 Maspalomas
Gran Canaria - España
Tel.: +34 928 77 81 40
Fax: +34 928 77 81 51
www.maspalomas.com