



# cádiz

*A pedir de Boca.*

GASTRONOMIEFÜHRER FÜR DIE PROVINZ



DEUTSCH

## Herausgeber

Patronato Provincial de Turismo der Diputación de Cádiz

Plaza de Madrid s/n

Estadio Ramón de Carranza

Fondo Sur 4ª Planta

11011 | Cádiz | Spanien

Tel. 00 34 956 807 061

info@cadizturismo.com

www.cadizturismo.com



CadizTurismo

## Texte

Pepe Monforte

**Bearbeitung, Design und Koordination**

Cadigrafía Publicidad y Comunicación

## Fotografien

Nacho Fando

Gonzalo Höhr

Julio González

Mesa 12

Antonio Tapia

José María Caballero

Pilar Zúñiga

Miguel Gómez Morales

© der Fotos bei den Autoren

## Titelfoto:

Tortilla de Camarones. Mario Jiménez. The Cadiz Lighthouse. Fotograf: Julio González.

## Übersetzung:

Traductisa Agencia de Traducción

## Druck

Santa Teresa Industrias Gráficas

**Pflichtexemplar hinterlegt unter**

CA 573-2017

Wir möchten allen Lokalen und Einrichtungen für ihre Unterstützung bei der Zubereitung und Präsentation der verschiedenen Gerichte danken, die in diesem Führer erscheinen, und ebenso für die Bereitstellung von Fotografien.

# Nimm mich mit

Es steht Ihnen ins Gesicht geschrieben, dass Sie ein Genießer sind. Und Sie haben eine gute Wahl getroffen. Denn in Cádiz werden Genüsse der Gegenwart, der Zukunft und der Vergangenheit eins.

## Genießen

Wir laden Sie ein, die Provinz anhand von „Mijitas“ kennenzulernen; so nennen wir jene Kleinigkeiten, die einen Urlaub zu einem großartigen Erlebnis machen. Ein Frühstück am Strand etwa, zu dem die Brandung die Hintergrundmusik spielt

## Die Provinz entdecken



Der nach Bergen duftende Käse aus der Sierra de Cádiz, ein kühles Glas Wein zum Aperitif im Halbschatten einer Taberna, Garnelen

aus Sanlúcar und das heitere Gespräch, während man sie pellt und genießt, Schokoladen-Palmeras aus knusprigem Blätterteig, eine halbe Stunde Siesta, ein Spaziergang durch die steilen Gassen

von Vejer, Thunfisch mit einer Brise vom Meer in einem Chiringuito in Barbate – hier bleibt kein Wunsch offen. Lassen Sie sich bei einem Spaziergang durch Cádiz von dieser Stadt am Meer Geschichten erzählen, lassen Sie sich in urwüchsigen Lokalen die köstlichsten Spezialitäten unverfälscht zubereiten, schmackhaft, ohne jeden Firlefanz.

## Unverfälschter Geschmack



Wir zeigen Ihnen Lokale, in denen die Gerichte für den Gaumen wie ein Feuerwerk der diversesten Genüsse sind.

Cádiz steht für Farben, für Kontraste Cádiz ist Gebirge, Meer und endlose Felder, seine Küche ist die Summe der diversesten Elemente, die zusammen eine köstliche Soße ergeben.

## Gebirge, Meer und Felder

Auf der Karte des Hauses stehen Frühstücksspezialitäten mit Landbrot,



knusprige belegte Molletes-Brötchen und warme Churros, ein köstliches Brandteiggebäck. Wir bieten Thunfisch, Garnelen, Küstenfisch, Brackwasserfische, Ortiguilla oder Wachsrose, fein geschnittene Mojama aus getrocknetem Thunfisch, Coquinas oder Tellmuscheln, Meeresspargel oder Ostiones (wie Austern, nur deutlich günstiger zu haben).

## *Einzigartige Erzeugnisse*



Wir haben ureigene Käsesorten, etwa Käse aus Payoya-Ziegenmilch und Schafskäse aus der Sierra de Grazalema. Und dazu

ein trockener Fino-Wein, ein duftiger Oloroso, ein herber Palo Cortado oder ein Manzanilla, der Sherry aus Sanlúcar de Barrameda.

## *Süßes und Tapas*

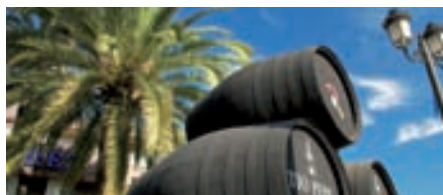
Süßen Genuss garantieren Tocinos de Cielo, die einem im Munde zergehen, oder das Blätterteiggebäck Milhojas de Crema, Mürbeteig-Alfajores aus Medina und Merengue-Bizcotelas, mit denen auch Sie sich begeistert die Nase pudern werden.

Leckere rosa Tomaten aus Rota, Alcaucil-Artischocken aus Conil, Papas aliñas – mit Jerez-Essig angemachte Kartoffeln aus La Colonia oder frische Frühlingszwiebeln. Oder ein paar echte Gassenhauer:

Camarón-Tortillitas mit Sandgarnelen,

Urta oder Zahbrasse nach Roteña-Art, das Knoblauchgericht Ajo Campero, in Zwiebel gebratener „Encebollado“-Thunfisch, Brasse in Olivenöl, Heiß angebratene Calamares „de Pote-ra“, rohe feine Muscheln ...

Wir können Ihnen Fleisch vom Retinto-Rindservieren, Kalb aus La Janda, iberisches Schwein, Lamm und Zicklein aus der Sierra de Cádiz – und zum Abschluss wollen Sie sicher etwas Süßes, das sehen wir Ihnen an. Gönnen Sie sich doch einen „Durse“, wie wir hier unser typisches Gebäck nennen.



## *Liebliche Weine*

Mit Moscatel de Chiclana, Tintilla de Rota oder Brandy de Jerez bekommt der süße Abschluss seine passende Begleitung.

Wir schlagen Ihnen Tapabars vor, angesagte Lokale, Restaurants für gepflegtes Speisen und solche, in denen man beste Produkte gekonnt auf den Punkt bringt, Adressen für innovative Küche, große Klassiker, Restaurants fürs traute Beisammensein, mit Blick aufs Meer, für die ganze Familie – bloß nicht zuhause bleiben, wie langweilig!

*Cádiz ist in...  
... auch in Ihrem Herzen!*



# VERZEICHNIS GADITANISCHER STÄDTE UND ORTSCHAFTEN

<b>A</b>		<b>M</b>	
Alcalá de los Gazules	56	Medina Sidonia	58
Alcalá del Valle	96	<b>O</b>	
Algar	85	Olvera	99
Algeciras	46	<b>P</b>	
Algodonales	104	Paterna de Rivera	61
Arcos de la Frontera	105	Prado del Rey	92
<b>B</b>		Puerto Real	21
Barbate	38	Puerto Serrano	101
Benalup - Casas Viejas	57	<b>R</b>	
Benaocaz	93	Rota	72
Bornos	103	<b>S</b>	
<b>C</b>		San Fernando	14
Cádiz	8	San José del Valle	84
Castellar de la Frontera	55	San Roque	52
Chiclana de la Frontera	18	Sanlúcar de Barrameda	76
Chipiona	68	Setenil de las Bodegas	98
Conil de la Frontera	30	<b>T</b>	
El Bosque	88	Tarifa	43
El Gastor	95	Torre Alháquime	97
El Puerto de Santa María	23	Trebujena	82
<b>E</b>		<b>U</b>	
Espera	107	Ubrique	86
<b>G</b>		<b>V</b>	
Grazalema	90	Vejer de la Frontera	34
<b>J</b>		Villaluenga del Rosario	94
Jerez de la Frontera	62	Villamartín	102
Jimena de la Frontera	54	<b>Z</b>	
<b>L</b>		Zahara de la Sierra	100
La Línea de la Concepción	50	Zahara de los Atunes	41
Los Barrios	48		

## SCHATZKARTE FÜR DIE PROVINZ CÁDIZ

Hier finden Sie die Schätze von Cádiz, seine herausragendsten und anerkanntesten Produkte und Erzeugnisse. Hier können Sie sehen, woher sie kommen

### IN DER GESAMTEN PROVINZ

**Vinos de la Tierra de Cádiz**  
(Geschützte geografische Angabe)  
Campiña de Jerez, Sierra de Cádiz,  
Costa Noroeste, Bahía de Cádiz.

### GEBIET DER BUCHT VON CÁDIZ

**Traditionell gefangener Fisch aus Mündungsdelta und Marschen**  
(Für die Bahía de Cádiz charakteristisches Produkt).  
**Tortillas de camarones**  
(Für die Bahía de Cádiz charakteristisches Produkt).  
**Algen und Salicornia oder Meeresspargel**  
(Für die Küste der Provinz charakteristisches Produkt).

### GEBIET VON JEREZ

**Vinagre de Jerez (Herkunftsbezeichnung für Jerez-Essig)** Gebiet von Jerez.  
**Brandy de Jerez (Geschützte Marke)** Gebiet von Jerez.  
**Vino de Jerez (Herkunftsbezeichnung)** Gebiet von Jerez, Chipiona,  
Trebujena, Rota, Chiclana y El Puerto.

### GEBIET VON SANLÚCAR, CHIPIONA, ROTA, TREBUJENA

**Manzanilla de Sanlúcar (Herkunftsbezeichnung)**  
Gebiet von Sanlúcar.  
**Langostino de Sanlúcar (Geschützte Marke)**  
Gebiet von Sanlúcar, Chipiona und Rota.

### GEBIET VON CONIL, TARIFA, BARBATE

**Pescados de Conil (Eingetragene Marke)**  
Gebiet von Conil.  
**Caballa y melva de Andalucía (Geschützte geografische Angabe für Makrele und Bonito)** Gebiet von Tarifa.  
**Mojama de Barbate (Geschützte geografische Angabe)**  
Barbate und Vejer.  
**Roter Thunfisch aus Almadra-ba-Fischfang.** Charakteristisches Produkt für  
Tarifa, Barbate, Zahara de los Atunes und Conil.

### GEBIET DES CAMPO DE GIBRALTAR

**Voraz de Tarifa oder Besugo de la Pinta (Eingetragene Marken für lokale Brassen).** Gebiet an der Meerenge von Gibraltar.  
**Ortiguillas.**  
Charakteristisches Produkt im Campo de Gibraltar.  
**Retinto-Rindfleisch (Anerkannte autochthone Rasse).**  
Campo de Gibraltar.





### GEBIET DER SIERRA DE CÁDIZ

Payoya-Ziegenkäse (anerkannte autochthone Rasse).  
 Grazelema-Merinoschafskäse (anerkannte autochthone Rasse).  
 Natives Olivenöl „Virgen Extra“ (Herkunftsbezeichnung).

### GEBIET VON LA JANDA

Alfajor de Medina (geschützte geografische Angabe).  
 Medina Sidonia.  
 Kalbfleisch aus La Janda (Registrierung der Marke in Arbeit).  
 Retinto-Rindfleisch (anerkannte autochthone Rasse).  
 Käse.

## GASTRONOMISCHE VERANSTALTUNGEN

### HABEN SIE STETS EIN BESTECK ZUR HAND!

Über das ganze Jahr hinweg stehen in der Provinz gastronomische Ereignisse auf dem Programm. Hier haben wir die wichtigsten nach Monaten sortiert und für Sie zusammengestellt. Der genaue Termin variiert von Jahr zu Jahr, so dass wir hier nur annähernde Angaben machen können. Unter [www.cadizturismo.com](http://www.cadizturismo.com) finden Sie auf der Website des Fremdenverkehrsamts Patronato de Turismo für die Provinz Cádiz stets die aktuellen Angaben, wann es wo volkstümlich-popular zugeht und was sonst geboten wird, wobei an die verkostete Spezialität meist die Endung ...á oder ...ada angehängt wird.

#### JANUAR UND FEBRUAR

**Cádiz** - Pestiñá. Ostioná. Erizá. Geselliger Genuss von typischem Gebäck, Austern und Seeigeln als Vorgeschmack auf den Karneval.

**Bornos** - Morcillá Popular - geselliges Blutwurstessen.

**Espera** - Chorizá del Carnaval.

**Los Barrios** - Tagarinada Popular: Disteleintopf-Essen.

**Ubrique** - Tortillá. Chicharroná und Chorizá. Deftiger Vorgeschmack auf den Karneval. Gañotá.

#### MÄRZ

**Benamahoma** - Eintopfwettbewerb Concurso de Sopas Cocías.

#### APRIL

**Conil de la Frontera** - Gastronomische Tage "Huerta de Conil" rund um frisches Gemüse.

**Villaluenga del Rosario** - Messe für traditionellen Käse "Sierra de Cádiz".

#### MAI UND JUNI

**Barbate** - Gastronomische Woche des Thunfisch.

**Conil de la Frontera** - Gastronomische Tage "Ruta del Atún": Dem Thunfisch auf der Spur.

**Zahara de los Atunes** - "Ruta del Atún".

**Tarifa** - "Ruta del Atún".

**Chiclana** - "Ruta del Atún". Jerez de la Frontera - Weinmesse Vinoble.

**Olvera** - Olivenöl-Messe.

Schneckensaison Routen in **El Puerto de Santa María**, **Bornos** oder **Rota**.

Feria del Langostino: Garnelenfest in

**Sanlúcar**.

Feria del Espárrago: Spargelfest in **Alcalá del Valle**.

#### AUGUST

**Chipiona** - Festival del Moscatel.

**Rota** - Fiesta de la Urta rund um die Rotbandbrasse.

**Trebujena** - Weintraubenwettbewerb.

#### SEPTEMBER

**Jerez de la Frontera** - Weinlesefest.

Önotouristische Tage

**Conil** - "Ruta del Retinto": Spezialitäten mit Retinto-Rindfleisch.

**Zahara de los Atunes** - Ruta del Retinto

**San Fernando** - Feria Gastronómica de la Bahía.

#### OKTOBER

**Vejer de la Frontera** - Día del Lomo en Manteca im Zeichen von Schweinelende und Schmalz.

**El Puerto de Santa María** - Gastronomische Tage für Salinensalz und Brackwasserfische.

#### NOVEMBER

**Jerez, Trebujena, El Puerto de Santa María, Sanlúcar y Ubrique** - Temporada de Mostos (neuer Wein).

**Jimena de la Frontera, Benalup y Ubrique** - Pilzsaison.

**Trebujena** - Gastronomischer Wettbewerb für Gerichte rund um neuen Wein. Diesmal: "Garbanzos como Conejo".

#### DEZEMBER

**Tarifa** - Route des iberischen Schweins.

**Conil** - "Ruta del Retinto".





**CÁDIZ**

**HAPPEN FÜR HAPPEN**

In Cádiz hat man zwar nicht die Tapa erfunden, doch erfindet man diese kleine Köstlichkeit hier jeden Tag neu. Hier ist es normal, dass man sich mit der Bitte „un poquito“ von dem hier an den Kellner wendet, und von dem da „auch ein bisschen“. Selbst am Tapatresen liegt den Gaditao vor allem daran, niemandem zur Last zu fallen. In Cádiz Tapas essen zu gehen, ist der schönste Vorwand für einen Spaziergang durch die herrliche Stadt, da hat man gleich zwei Genüsse zum Preis von einem: Cádiz ist das ganze Jahr hindurch ein Sonderangebot.

**Frühstück mit  
Nachspielzeit**

Churritos oder süße Teilchen für den Start in den Tag. Im **La Marina** (Plaza de Las Flores) am unlängst neugestalteten Mercado Central genießt man zu knusprigen Crujientes das morgendliche


*Cruasans im Le Poème*

Treiben auf dem Platz. Cruasans im **Le Poème** Praktisch gegenüber im Le Poème (calle Alcalá Galiano) gibts köstliche Croissants. Wer von Ihnen auf duftigen Kaffee steht, dem sei die **Bar Brim** (calle Compañía)


*Mercado central de abastos*

eampfohlen. Man muss ihn allerdings im Stehen trinken, doch für die guten Dinge im Leben muss man eben auch Opfer bringen. Nun steht ein Spaziergang an. Auf dem Markt – zwischen Fisch, Früchten und knusprig gebratenem Chicharrones-Speck. Jetzt kann man auch auf der **Plaza de Abastos** im **Rincón Gastronómico** Tapas essen, und auch hier ist die Auswahl sehr vielfältig. Das Angebot

auf der Karte reicht von japanischem Sushi bis hin zu Käse aus der Sierra de Cádiz. In der Calle Nueva lädt das **La Vaca Atada** zu einem reichhaltigen Frühstück in reizvollem Ambiente ein. Hier gibts alles von Brot bis Kuchen, argentinische Empanada-Teigtaschen oder warme Croissants. Angenehme Terrasse.

**Charme des 19.  
Jahrhunderts**

Das **Café Royalty** gehört zu


*Innenaufnahme des Cafés mit seinen Deckenfresken.*

den Perlen der Gastronomie von Cádiz (caferoyalty.com). Bestand schon im 19. Jahrhundert und wurde im 21. Jahrhundert behutsam restauriert. Dabei wurde sein Charakter weitgehend erhalten. Für ein geruhssames Frühstück. Köstliche Picatostes (geröstetes Brot) und Pfannkuchen. Wer es international mag, der kommt hier beim Brunch auf seine Kosten. Auch Mittag- und Abendessen werden geboten.

**Schokolade im Pancracios**

**Pancracio** (pancracio.com) ist eine international präsente Chocolatería, die in Cádiz gegründet wurde. Hier gibt es Pralinen, Tafeln und kreatives aus Schokolade.



Schokolade zum Schenken bei Pancranis

Mit Geschäft in der Calle José del Toro. Außer den Spezialitäten gibt es gier Croissants und dazu heiße Schokolade.

### Magerit

Hier kauft man Weine In der Altstadt erwartet Sie in La Alameda ein ausgesprochen gut sortiertes Weingeschäft: das **Magerit** (vinos-magerit.es). 2016



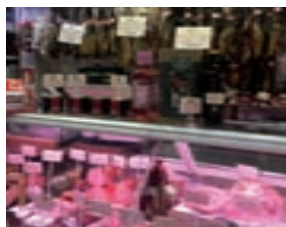
Magerit

wurde das Geschäft von den Kennern der Branche mit dem Premio Solera für das beste Weingeschäft der Provinz ausgezeichnet. Jerez-Weine, Rote, Weiße,

Champagner – einfach alles ist hier im Angebot. in der Calle Puerta Tierra, erwartet Sie im Mercado del Rosario der Stand **La Bodeguita** mit über 200 Weinen durchweg aus der Provinz.

### Scheibe für Scheibe ein Genuss

Zwei köstlich Adressen in fast unmittelbarer Nachbarschaft – in der Calle Plocia, ein Paradies



El Bulevar

gastronomischer Genüsse:

**El Chicuco**, eines dieser Geschäfte mit leckerem, frisch geschnittenem Schinken. Sie können ihn zum Mitnehmen kaufen oder mit einem gaditaner Wein direkt vor Ort am Tresen genießen. Und in der Calle José del Toro finden Sie die Mantequería **El Bulevar** mit einer guten Auswahl an Käse, Olivenölen und Fischkonserven aus der Provinz.

### Cádiz pur und Motorräder

Ein wirklich eigenartiges Geschäft ist das **Pelayo**. in der Calle Cobos: Hier erwartet Sie einerseits eine herrliche Auswahl von gastronomischen Produkten der Provinz. Die können Sie hier entweder kaufen oder direkt probieren. Und Sie speisen hier kurioserweise in einer Ausstellung alter Motorräder und Miniatur-Autos. Wir sagen nur so viel, dass der Payoyo-Käse aus Villaluen in kulinarischer Hinsicht bestens zu Oldtimer-Motorrädern passt.

### Zwei Tavernen, zwei ...

In der Altstadt. In der Calle Feduchy, das **La Manzanilla** (lamanzanilladecadiz.com). Fassweine aus Sanlúcar in einem halbschattigen Lokal mit einer Ausstellung alter Flaschen. Ideal für eine kleine



Taberna La Manzanilla

Pause. Und in der alle Arbolí, das **La Sorpresa** (tabernalasorpresa.com). Eine echte Überraschung ist der Vermouth, den man hier stilvoll zu rotem Thunfisch aus traditionellem Almadraba-Fischfang aus Barbate serviert.



El Chicuco an der Plaza de San Juan de Dios

## Tapa-Tour rund um die Calle Plocia

Die Calle Plocia direkt am Hafen von Cádiz ist ein Zentrum der Tapa-Kultur. Die gesamte Straße ist voller Tapa-Bars. Zu den interessanten Stationen gehört das **Garum** mit gleichermaßen klassischen und modernen Tapas und das unlängst eröffnete **Salicornia**, wo die Rohstoffe den Ton angeben. **La Bodeguita de Plocia** mit seinen gepflegten klassischen Tapas gehört ebenfalls unbedingt zu den Stationen einer Tapa-Tour. Am Ende der Straße bietet das **The Cabin**

ein kurioses Sortiment traditionell gebrauter Biere, darunter auch das hier hergestellte r, und dazu

gibt es Hamburger jener Art, mit denen man für den Rest des Tages ausgeht hat.



## Die Calle Zorrilla

Viel Betrieb und jede Menge Tapas. Den Anfang kann man mit einem Marisquito



*Freidor Las Flores*

in der **Cervecería Aurelio** machen, um nach dem Meerfrüchtehappen eine der Tapabars mit dem reichhaltigsten Angebot der Stadt aufzusuchen: das **Cumbres Mayores**. Unbedingt das kleine Schinkenbrötchen probieren. Ein Ende der Straße erwartet Sie **La Taberna del Anteajo** mit warmen Tapa-gerichten aus der Küche, die auf der schönen Terrasse am Meer doppelt so gut schmecken. Ein Stück entfernt geht es in der Calle San José weiter im **Ultramar&nos**, wo uns interessante köstliche Tapas erwarten.

## Frisch frittiert in den Freidores

Sie gehören zu den besonders charakteristischen Lokalen der Stadt. Hier verkauft man

frisch frittierten Fisch in Papiertüten. Merken Sie sich die folgenden Namen: Adobo (in Essig mariniert), Chocos (Tintenfischringe), frittierte Gambas und Puntillitas (Minicalamares). Nachfolgend ein paar Adressen, um diese Köstlichkeiten zu genießen. An der Plaza de Las Flores, **Las Flores 1**, und am Paseo Marítimo, **Las Flores 2**. Hier gibt es zum Frühstück zudem köstliche Churros. Ebenfalls in der Altstadt



*Tortillitas de Camarones. Código de Barra*

wäre in der Calle Sagasta Ecke Hospital de Mujeres die Cervecería Europa zu nennen.

## Innovative Tapas

Wenn Sie innovativen Tapas zugeneigt sind, dann sind für Sie hier ganz in der Nähe die folgenden beiden Adressen



*Ultramar&nos mit seinen kuriosen Tapas*



Taberna El Manteca

interessant. An der Plaza de Candelaria das **Código de Barra** mit seiner geradezu vernünftigen Küche auf der Grundlage von Tapas.

Nichts ist hier, was es zu sein scheint. Hier speisen Sie gut und garantiert mit einem Schmunzeln im Gesicht.

Und in der Calle Feduchy schließlich das **La Candela**. Hier erwartet Sie Küche mit gaditanischen Produkten doch mit Einflüssen anderer kulinarischer Kulturen. Sehr gefragt. Bringen Sie etwas Zeit mit.

### Foto mit Chicharrón

Ein Lokal, in dem ziemlich sicher auch Sie ein Foto machen werden, ist die **Taberna El Manteca** (Corralón de los Carros). Das einstige Lebensmittelgeschäft wurde mit allem seinem Charme in eine Taberna verwandelt. Die Wände zieren Bilder

voller Erinnerungen, auf dem Tresen liegen Tüten mit Cacinas bereit. Außer diesem Pökelfleisch sind hier die Chicharrones besonders beliebt: Fleisch mit Speckscheiben, alles ausgesprochen dünn geschnitten. In wenigen Metern Entfernung machen wir in der **Tabernita de la Palma** (Calle de La Palma) Station. Wenn Menudo (Schweinekutteln mit Kichererbsen) auf der Tageskarte steht, greifen Sie zu!

### Tortillitas und Morena

Zwei Tapas, die Sie in Cádiz unbedingt probieren müssen, sind Tortillitas de Camarones und Morena in Adobo. Ersteres sind frittierte Fladen aus diesen kleinen Gambas, die fast transparent zubereitet werden. Meisterlich gut serviert man sie an der Bar des Restaurants El Faro (Calle San Felix) im La-Viña-Viertel. Morena ist eine Art Wasserschlange. Hässlich, doch in Essig mariniert und dann frittiert einfach köstlich. In der **Taberna El Adobo** (Calle Rosario) gibt es diese Köstlichkeit knusprig und in höchster Qualität.

### Mit Blick auf La Caleta Quilla ist ein Kiosk am

Meer. Hier genießt man zum Abendessen den Sonnenuntergang über der Playa de la Caleta. Gepflegt Küche und Weine aus der Gegend. Der Sonnenuntergang ist gratis.

### Eis mit Vor und Nachnamen

Die Merienda gehört in Spanien zu den obligatorischen täglichen Mahlzeiten. Und man darf sich zur Merienda am Nachmittag gerne auch ein Eis gönnen. In Cádiz hat seine eigene Eisspezialität: den Topolino, eine Kugel Sahneeis in einer Eistüte, überzogen mit knuspriger Schokolade. Man bekommt im **Los Italianosin** der Calle Ancha. Bei den Puertas de Tierra laden die köstlichen Bollos der Konditorei und Bäckerei **Don Pan** in der großen Avenida gegenüber dem Krankenhaus Puerta del Mar zu einer köstlich-süßen



Ultramarinos El Veedor

### Gut und Billig

Diese beiden Zauberwörter sind in folgenden zwei Bars alles andere als fauler Hokusfokus. Erstens im Ultramarinos-Geschäft **El Veedor** in der Calle Veedor. Hier kann man für 10 Euro pro Person Tapas



Quilla, mit Blick auf die Caleta



*Makrele mit Piriñaca-Salat*

essen. Tortilla-Sortiment, ausgereifter Käse. Das Wichtigste: Unbedingt einen Manzanilla des Hauses dazu trinken. Zweitens das **El Nono**, eine kleine Bar von nebenan in der Calle Doctor Marañón. Hier hat der Hunger gegen die Albóndigas „metías“ keine Chance, denn zu den Fleischbällchen in Tomate gibts jede Menge Bratkartoffeln.

### Caballa con Piriñaca

Ein weiteres Gericht, mit dem die gaditanische Gastronomie Punkte sammelt. Piriñaca ist ein Salat aus fein geschnittener Tomate mit gehackten Zwiebeln und Paprikaschoten. Dieser Salat wird zur deftigen Makrele vom Grill oder heißen Plancha-Blech serviert. Ein reines Sommergericht, für das allen voran die **Taberna del Pájaro Pinto** an der Plaza Pinto bekannt ist. Während man auf seine Makrele wartet, vertreibt man den ersten Hunger mit einem sommerlich-gaditanischen Kartoffelsalat: Papitas aliñas. Die Tische stehen auf einem reizvollen kleinen Platz.



*Empanada-Pasteten im Casa Hidalgo*

### Mit Blick auf die Kathedrale

Die **Bar Terraza** liegt direkt an der Kathedrale von Cádiz. Schon allein der Blick auf deren Türme macht hier das Essen zum Genuss. Obendrein be-



*La Curiosidad de Mauro in der Calle Veedor. Freche „Canalla“-Küche mitten im Zentrum*

kommt man leckerste klassische Gerichte serviert. Drei heben wir hervor: Papas aliñas, Gallo rebozado (panierte Rotzunge) und das Kuttelgericht Menudo. Früher oder später landet man an derselben Plaza im **Casa Hidalgo**. Diese Konditorei glänzt mit galicischen Empanada-Pasteten und süßen Köstlichkeiten wie dem Apfel-Blätterteiggebäck Fernandín.

### Neue Werte

Neben den Klassikern haben sich in den letzten Jahren diverse neue Lokale mit ihren kulinarischen Kreationen hervorgetan. **Sopranis** (sopranis.es) bietet gepflegte Atmosphäre und einfallsreiche, elegante

Saisonküche. Oder in der Calle Veedor das **La Curiosidad de Mauro**. Hier kann man Tapas essen oder sich ein Probiermenü mit den auserlesensten Spezialitäten des Hauses schmecken lassen. In der Allee La Alameda finden wir bei der Calle Zorrilla das **El Balandro** (restaurantebalandro.com). Hier kann man an der Bar Tapas essen oder an einem Tisch Platz nehmen. Auf der Karte stehen Gerichte für jeden

Geschmack. Besondere Aufmerksamkeit verdient der Krakensalat. In allen drei Lokalen gibts leckere Nachspeisen.

### La Mojarra

Ein Küstenfisch. Lebt zwischen den Felsen und isst ausgesprochen gut, und das schmeckt man. Wird selten angeboten und man findet diese Spezialität etwa im **Viento de Levante** in der Avenida de la Bahía. Als Zugabe genießt man auf der Terrasse des Lokals den herrlichen Blick über die Bucht und auf die neue Brücke, La Pepa genannt, die mit ihrer Höhe und Länge wirklich beeindruckt.



## El Chato

In einem Haus von 1780 zu speisen, ist für sich schon interessant. Das Restaurant heißt **Ventorrillo de El Chato** (ventorrilloelchato.com) und es liegt direkt an einem fast naturbelassenen Strand: der Playa de la Cortadura. Am Herd steht hier

**José Manuel Córdoba**, einer der Zaubermeister gaditanischen Küche. Innovative Gerichte, doch ohne Firlefanz.

## El Faro

**Gonzalo Córdoba**, der Vater der heutigen Chefin, Mayte Córdoba, war einer der großen Revolutionäre der gaditanischen Küche. Das Restaurant ist nach wie vor ein Klassiker. Zu den Tortillitas de Camarones oder den köstlichen Fisch-Frituras kommen hier kreative Gerichte mit Erzeugnissen aus der Gegend. Die Nachspeisen



Ventorrillo de El Chato, direkt an der Playa de Cortadura.

müssen Sie unbedingt probieren.

## Der Paseo Marítimo

Die Uferpromenade von Cádiz verläuft entlang der Playa de la Victoria. Hier erwarten uns verschiedene interessante Lokale. Wenns ein

Reisgericht sein darf, kehren Sie in

der Cervecería **La Marea** (lamarea.es) ein. Wir empfehlen den Arroz con Almejas y Gambas. Und als Vorspeise Ostiones oder Austern aus Cádiz. Ganz in der Nähe in der Calle Fernández Ballesteros noch zwei weitere Tipps: **Vinos y Tapas Sur**



La Despensa an der Playa de Santa María del Mar.

erwartet Sie mit einem Tresen voller interessanter Tapas. Praktisch nebenan bietet das **Aplomo** innovative Gerichte, die man zu mehreren verspeist. Wieder an der Uferpromenade machen wir nun im **Arsenio Manila** Halt. Hier huldigt man der gesunden Küche und setzt auf Produkte aus der Gegend mit Akzenten anderer Kul-

turen. Für Vegetarier gibt es hier spezielle Gerichte. Arsenio Manila Wenn das Wetter mitspielt, kann man gegenüber im Chiringuito **Bebo los Vientos** speisen.



Arsenio Manila

## La Despensa

**La Despensa** (ladespensacádiz.com) ist ein klassisches Restaurant, in dem man auf der Grundlage

ausgewählter Rohstoffe kocht. Wir raten zum Auftakt zu einer Portion auf den Punkt gekochter Gambas und danach zu Coquina-Muscheln. Danach einen einfach im Ofen zubereiteten Küstenfisch. Gepflegte Nachspeisen und angenehme Terrasse für das Abendessen.

**SAN FERNANDO**

**DIE STADT DER VIELEN FLUSSMÜNDUNGEN**

Esteros heißen im Spanischen jene weitläufigen Flussmündungen, die bei Flut teilweise überschwemmt werden und mit ihren Salinen für die industrielle Entwicklung von San Fernando einst von grundlegender Bedeutung waren. Das maritime Ökosystem der Esteros ist für die Küche von San Fernando prägend und macht sie zu einer der eigentümlichsten der Provinz. Cañaillas, Camarones, Bienesabe, Lenguado und Lisas stehen hier auf der Speisekarte. Aber nicht auswendig lernen, lieber probieren: Der Gaumen wird diese Namen garantiert nicht vergessen.

**Frühstück auf der Plaza**

In der Provinz Cádiz besucht man leidenschaftlich gern „las Plazas“, wie man hier die Märkte nennt. Und der Markt von San Fernando gehört zu jenen, die einen Besuch wert sind. Er liegt mitten im Zentrum und der Marktgenuss beginnt beim Frühstück rund um La Plaza. In der an den

Markt grenzenden Calle Hermanos Laulhé gibt es zwei „Desayunerías“ mit tollem Ambiente: Die **Bars Florida** und **La Plaza** sind in dieser Hinsicht einfach perfekt. Ganz in der Nähe kann man auf der Plaza del Rey auf der Terrasse des **El 44** beim köstlichen Frühstück so richtig die Beine ausstrecken.

**Fisch aus dem Estero**

In der Saison von Ende Oktober bis Ende Dezember bekommt man an den Marktständen von La Plaza Fisch aus den Mündungsdeltas. Spezialitäten, die für das Gebiet rund um die Salinen Typisch sind: Lisas (Meeräsche),



*Der Stand von Antonio el Málaga.*

Lenguado (Seezunge), Dorada (Goldbrasse) Camarones (Garnelen), Coquinas (Tellmuscheln): Das haben nur wenige Restaurants der Stadt. Und zu denen gehört bisweilen das **Casa Miguel** (Calle San Onofre).

Auch eine Gastronomie-messe findet in diesem Zeitraum statt.

**Die Plaza del Rey**

Ein sehr angenehmer Ort, um am Vormittag etwas zu sich



*Plaza del Rey mit dem Rathaus im Hintergrund.*





El Patio de Benítez von innen

zu nehmen. Eine sehr beliebte Terrasse hat das **La Gran Via** (Plaza del Rey) wo man zu Weinen aus der Region kalte Tapas genießt. Ganz in der Nähe liegt eine weiteres beliebtes Taparestaurant: das **El Patio de Benítez** (elpatiodebenitez.com). Gute Interpretation der Tomatensuppe oder des Kuttelgerichts Menudo

### Las Salinas

San Fernando liegt inmitten von Salinen. Manche von ihnen sind auch heute in Betrieb. Hier werden Salz und Delikatessen wie Flor de Sal produziert, wie man Salzblüte im Spanischen nennt. Will man die Salinen näher kennenlernen, ist man bei den **Las Salinas San Vicente** an der richtigen Adresse (salinasanvicente.



Salinas San Vicente

es). Vormittags kann man die Anlage besichtigen und Salz kaufen.

### Bienmesabe und Fritiertes der Freidores

Cazón en Adobo oder Hundshai, der vor dem Frittieren in einer Lake aus Knoblauch, Oregano und Kümmel mariniert wurde, nennt man in San Fernando treffenderweise Bienmesabe: „schmeckt mir gut“. Und der ideale „Lebensraum“ von Bienmesabe sind die Freidores. Hier in den Frittierstuben verkauft man diesen und anderen frittierten Fisch in Papier-



tüten. Das **El Deán** (Calle Real neben der Iglesia del Carmen) gibt es schon seit über zwei Jahrhunderten. In derselben Straße finden wir den Freidor **Virgen del Carmen** (Calle Real 144). Die Plätze direkt hinter

### Bars ausgewanderter Galicier

Eine weitere Besonderheit San Fernandos ist die tiefe Verwurzelung der nordspanisch-galicischen Küche im südlichen San Fernando. Das geht auf die Tradition der hier ansässigen Militärschulen zurück, die nebenbei für einen interessanten kulinarisch-kulturellen Austausch gesorgt hat.

Daher die zahlreichen galicischen Lokale der Stadt. An der Plaza de Las Vacas zum Beispiel erwartet Sie das **La Gallega** mit einem großen und großartigen Kartoffel-Tortillón und einer himmlisch guten Empanada. In der Calle Real 20 wäre das **Los Gallegos** zu nennen. Hier muss man auf der Terrasse unbedingt zum Pulpo (Krake) greifen. Moderner gehts im **El Embrujo Gallego** (Avenida León Herrerro 21) zu, wo die galicische Caldo-Brühe garantiert auch Ihnen Leib und Magenwärme wird.

### Unverwechselbare Süßspeisen

San Fernandos süße Seite wird von zwei traditionsreichen Namen geprägt. In der Calle Real 94 erwartet uns die 1914 gegründete Konditorei **La Victoria**. Hier bäckt man Roscos de Semana Santa, die fast so erstaunlich sind wie die Auferstehung selbst. Man bekommt sie nur



Terrasse des La Mallorca



*Das Bartolo, ein interessantes Restaurant direkt an der Bahía*

vom 7. Januar bis zum Palmsonntag. In der Calle Real gegenüber der Iglesia del Carmen kann man die nachmittägliche Merienda mit Café und Gebäck auf der Terrasse des **La Mallorquina** genießen.

### In der Bahía

Die Playa de La Casería ist ein kleiner Sportfischereihafen. Und hier finden Sie direkt am Wasser ein ganz besonderes Restaurant: das **Bartolo**. Das Lokal selbst ist für sich schon ein Foto wert, doch die Spezialität des Hauses werden Sie ohnehin nicht vergessen: frittiertes Fisch, und als Aperitif sind die Papas Aliñás



*Tortillitas de camarones*

ein Muss. Daneben kann man im ebenfalls sehr reizvollen **Merendero La Corchuela**, bei herrlichem Blick klassische Gerichte genießen.

### Was ist eigentlich Tapeo?

**La Tapería de Javier** ist in Sachen Tapeo das angesagte Lokal in der Stadt. Es liegt in der Calle Real 58. Wenn das Wetter mitspielt, ist man auf der Terrasse am besten aufgehoben. Serviert werden Portionen innovativer Gerichte, die man am besten gemeinsam genießt. Hier ist in der Regel einfach alles gut. Ein weiterer guter Tipp für den Tapeo sind die Cervecerías. Zum Beispiel das **La Mar de Fresquita** (Ronda del Estero 53). Gekochte Mee-

resfrüchte, frittiertes Fisch und kulinarische Perlen wie der gemischte Salat „Caperucita“ mit Krake oder das belegt Brötchen mit Lendenfilet, das man gemeinhin unter dem Alias „Pepito“ kennt. Ein Ereignis, das man sich nicht entgehen lassen sollte!

### Tortillitas de camarones

Diese frittierten Garnelenfladen sind eines der herausragenden und bekanntesten Gerichte der gaditanischen Küche in San Fernando. Eines der idealen Lokale,



*La Tapería de Javier*

um diese typischen Garnelenfladen zu genießen, ist die **Bar León**. Zwar muss man Tavernen und die Bar um die Ecke mögen, doch die köstlichen Tortillitas de Camarones entschädigen für alles. An der Plaza de Las Vacas. Und wo wir schon hier sind, probieren wir doch auch gleich noch die frittierte Anguila, eine in Stückchen frittierte Art von Seeschlange. Hier isst man übrigens mit der Hand. Gabeln sind verboten.



Venta Los Tarantos

### Am gedeckten Tisch

Wer gerne am gut gedeckten Tisch isst, dem empfehlen wir in der Stadt zwei interessante Adressen. **Los Tarantos** ist geradezu schon historisch: Die Wände hängen voller Erinnerungsfotos, die traditionellen Gerichte gehören zu den besten

der Gegend. Auch eine Tapabar ist im Angebot, und die Vielzahl interessanter Fotos machen diese zugleich zu einem Museum. Das Lokal liegt in der Calle Milena 63. Unweit in der Calle Buen Pastor 385 erwartet uns das **Venta El Cerro** mit Gerichten, in die man

mit Genuss sein Brot tunkt. Unbedingt das für die Gegend typische Kuttelgericht Menudo mit Kichererbsen probieren! Im Sommer isst man hier Caballas(Makrelen) mit Piriñaca-Salat, ein Klas-



Sardinen in der Venta El Cerro

siker der Bahía de Cádiz.

### La Venta de Vargas

Die meistbesuchte Sehenswürdigkeit der Stadt. Dieses Restaurant an der Plaza de Vargas besteht bereits seit fast einem Jahrhundert. Es ist zudem ein Flamencolokal und unter anderen hat hier der berühmte Flamencosänger Camarón de la Isla gesungen. Sehens- und Essenswürdigkeiten sind hier Traditionelles wie Papas Aliñas, Camarones-Tortillas und Berza (Kraut). Auch für den Tapeo an der Bar empfehlenswert. Und seinen Fotoapparat muss man unbedingt dabei haben.



Die Bar des Venta de Vargas: ein Klassiker.

## CHICLANA DE LA FRONTERA



### CHICLANA, MOSCATEL MIT BUTIFARRA

Als man in Chiclana Süß-Sauer erfand, war an die Nouvelle Cuisine noch nicht einmal zu denken. Den ausgesprochen leichten Muskateller der Stadt trinkt man in den Bodegas und Tabernas von Chiclana gerne zu Butifarra-Wurst. Danach eine Runde frittierten Fisch, Meeresfrüchte und etwas Süßes, wovon es ruhig auch etwas mehr sein darf, denn es gibt jede Menge Auswahl. Was jetzt kommt, fällt zwar nicht mehr in den Bereich „comé“, doch sich im Anschluss über dem Castillo de Sancti Petri verstreichen zu sehen – auch das ist ein Genuss!



*Empanadas von Antonia Butrón*

### Marktspaziergang

Man muss unbedingt einen Tag mit einem Spaziergang im und rund um den Lebensmittelmarkt beginnen lassen. Den Anfang kann ein Frühstück in der Cafeteria **Antonia Butrón** ([Antoniabutron.com](http://Antoniabutron.com)) machen, am besten auf der Terrasse. Bei der Gelegenheit können Sie hier die berühmten

Empanadas kaufen. Mit diesen Pasteten können Sie sich später stärken. Nun gehts auf den Markt in einem ansprechenden modernen Gebäude. Auf dem Einkaufszettel: Chicharrones, Butifarra und jede Menge Fisch. Auch der kulturelle Aspekt kommt nicht zu kurz, denn ganz in der Nähe liegt am Platz neben den Kellereien das **Museo del Vino y la Sal**.

### Im Dämmerlicht

Nach dem Marktbesuch und einem Spaziergang am Fluss kann man sein Vormittagsprogramm in der **Bodega de El Sanatorio** ([bodegasanatorio.com](http://bodegasanatorio.com)) fortsetzen. Könnte man wohl einen besseren Namen für eine Einrichtung wählen, in der man feine Weine ausbaut? Hier bestellt man standes-

degasanatorio.com) fortsetzen. Könnte man wohl einen besseren Namen für eine Einrichtung wählen, in der man feine Weine ausbaut? Hier bestellt man standes-



*Moscatel Gloria aus den Bodegas Sanatorio*

gemäß den Muskateller mit Namen „Gloria“ und dazu ein Paar Scheiben Butifarra. Diese lokale Hartwurst aus Schweinefleisch mit Kräutern und Zimt dieses kulinarischen Sanatoriums wird garantiert Ihren Hunger heilen.

### Die Salinen aus nächster Nähe

#### Umweltzentrum Centro de Recursos Ambientales

([salinasdechiclana.com](http://salinasdechiclana.com)) liegt in einem Bereich der Esteros-Mündungslandschaft und hier kann man sich erklären lassen, wie die Salinen funktionieren und genutzt werden. Ideal für einen Besuch mit Kindern. Es gibt ein Museum und Tiere, der Blick ist herrlich und im Restaurant kann man hier



*Salinas de Chiclana*

das ganze Jahr hindurch zu Mittag, im Sommer auch zu Abend essen.

### Kulinarisch interessante Besuche

In Chiclana gibt es zwei wirklich lohnende Einkaufsmöglichkeiten. In der Calle Larga den **Obrador de Jesús Nazareno**, wo die Nonnen des zugehörigen Klosters eine Mandeltorte backen, die in aller Munde ist. Wer auf Eichelschinken vom iberischen Schwein steht, der muss unbedingt in die **Tienda de Lusol** (lusol-tiendagourmet.com). Das Geschäft führt ein auserlesenes Sortiment von Weinen und Ibéricos, im Restaurant kann man einen guten Jamón zu besten Weinen aus der Gegend verkosten.



Köstlichkeit im Via-Vai

### Designertapas im Zentrum

Das **Via-Vai** wurde in einem einstigen Bodegabäude in der Calle Jesús Nazareno 18 eingerichtet. Hier pflegt Chefkoch Diego Marengo eine sehr einfallreiche Küche. Die Karte passt sich im Jahresverlauf den Saisonprodukten an, doch das interessante Carpaccio de Gambas al Ajillo ist in der Regel immer zu haben.



Marisquería El Manguita

### Noch mehr Zentrum

Für eine Tapatour im Zentrum von Chiclana bieten sich verschiedene interessante Adressen an. Etwa in der Calle Hornaza 19 das **El Molino Tapas**. Breites Angebot für jeden Geschmack und angenehmer Patio-Hof zum Speisen. Das **La Parra** (Alameda del Río), mit seiner schönen Terrasse über dem Fluss Iro legt man besonderen Wert auf die Auswahl der Weine, zu denen gepflegte Tapas serviert werden.

### Fisch aus den Marschen des Mündungsdeltas

Fisch aus dem Estero – dem Gebiet der Marschen und Salinen – serviert man gewöhnlich in den Cervecerías **Manguita**. Es gibt mehrere und die bekannteste liegt in der Calle Doctor Pedro Vélez. Hier bekommt man Goldbrasse und Seebarsch und auch Langostinos aus den Marschen: kleine, aber schmackhafte Garnelen. In der **Marisquería Bernardo** an der Playa de La Barrosa serviert man ebenfalls köstliche Langostinos. Außerdem guter Fisch und leckere Reisgerichte. Ein Lokal, das man sich unbedingt notieren muss.

### La Cobijá

Eine Pizzeria. Liegt an der Playa de La Barrosa (Iacobija es). Doch es handelt sich nicht um ein normales Lokal. Hier macht man den Teig selbst, und zwar sehr gut, und was auf die Pizza kommt, ist vom Feinsten. Man sollte Geduld mitbringen, denn das Lokal ist besonders im Sommer abends brechend voll.

### Gegenüber der Burg

Eines der schönsten Viertel von Chiclana liegt gegenüber dem Castillo de Sancti Petri. Hier gibt es ein breites gastronomisches Angebot, bei dem Fisch im Mittelpunkt steht. Den schönsten Blick hat man im **El Flotante** mit seiner Terrasse direkt am Meer. Wer eine gelöstere Atmosphäre und guten Fisch sucht, den erwartet der **Club Náutico de Sancti Petri** mit seinem breiten Angebot an Fisch vor allem in frittierte Form.



La Casa del Farero gehört ebenfalls zu den stilvollen Lokalen in der ursprünglichen Ortschaft Sancti Petri




*Atunante im Barceló Sancti Petri*

### Drei in La Barrosa

An der Playa de la Barrosa wimmelt es nur so von Bars. Doch schauen wir sie uns genauer an! Und wir möchten Ihnen drei Empfehlungen machen. Im **Popeye** ([restaurantepopeye.com](http://restaurantepopeye.com))


*Restaurante Popeye*

werden Tapeo und Abendessen geboten. Speisesäle mit Blick auf die Marschen und beste Zutaten. Restaurant Popeye Unbedingt die Calamares Fritos probieren. Im Einkaufszentrum des Novo-Viertels empfehlen wir das **Cachito Novo** ([cachitonovo.com](http://cachitonovo.com)). Im unlängst renovierten Ambiente bietet man hier Tapas und Essen am gedeckten Tisch. Spezialität sind die gefüllten Calamares. An der Playa de La Barrosa im Bereich der sogenannten Primera Pista bietet das **El Rincones del Pulpo** Tapas mit galicische Einfluss zu gutem Preis und

mit herrlichem Blick von der oberen Terrasse.

### Atunante

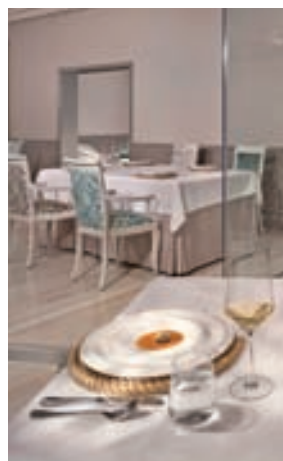
Ist im Hotel **Barceló Sancti Petri** untergebracht. Spezialität ist roter Thunfisch aus traditionellem Almadraba-Fischfang und auf der Karte stehen zahlreiche Varianten dieser Köstlichkeit. Die Decke des Speisesaals ist mit Thunfischfang-Szenen aus Pappe dekoriert, doch von unten – so als würde man unter der Wasseroberfläche speisen. ([atunante.com](http://atunante.com)) Nur zum Abendessen geöffnet.

### Das Cataria und sein Grill

Das **Cataria**, im **Hotel Iberostar** die andalusische Ausführung des baskischen Grillrestaurants Elcano. Die Philosophie ist dieselbe: ausgewählteste Rohstoffe, perfekt auf dem Grill


*Das Cataria bereitet Fisch und Meeresfrüchte der Gegend auf dem Grill zu*

zubereitet. Der Unterschied besteht darin, dass es sich bei den Rohstoffen um Fisch und Meeresfrüchte von den gaditanischen Küsten handelt. Vorab gibt es Designer-Aperitifs – und was für ein Design! Ein Lokal, das man im Auge behalten muss. Ein Besuch ist unbedingt empfehlenswert. Nur zum Abendessen geöffnet.


*Das Alevante und Ángel León*

### Alevante Michelin-Sterne

Das **Alevante** ([alevanteangeleon.com](http://alevanteangeleon.com)) wird von dem gaditanischen Drei-Sterne-Koch Angel León geführt. Geboten werden Probiermenüs mit Spezialitäten, die im Restaurant **Aponiente** in El Puerto besonders erfolgreich waren. Dazu Weine von einer bestens zusammengestellten Karte. Das Cataria bereitet Fisch und Meeresfrüchte der Gegend auf dem Grill zu. Geöffnet nur zum Abendessen. Reservieren ist ratsam.



## PUERTO REAL

### Chicharrones zum Mitnehmen

Die in Schmalz gebratenen Chicharrones sind eine eigene Art, um Fleisch zu genießen. In der **Venta Paquete** in der Carretera de Malas Noches vor den Toren der Stadt kann man sich davon selbst überzeugen. Auch eine gute Berza bekommt man hier serviert: Ein Kichererbesengericht, in dem außer dem Kohl verschiedenes im Sud gegartes Fleisch enthalten ist.

### Bizcotelas und Piñoneras

In Puerto Real gibt es leckere Süßspeisen zu entdecken. In der Konditorei **La Puertorrealeña** (laportorrealeña.com) wäre da vor allem die Pizcotela zu nennen, ein saftiges Baiser, gefüllt mit Biskuit und Creme. Auf der entgegengesetzten Seite der Stadt stellt man in der Calle Sagasta im **La Trufa** die längst als Puerto Realer Spezialität bekannte „La Piñonera“ her, eine Art saftiges Marzipan, bedeckt mit Pinienkernen. In der Fastenzeit muss man dem wegen der leckeren Torrijas noch die Adresse der Bäck-

## FISCH IN SEINER QUINTESSENZ

Seezunge, Goldbrasse, Venusmuscheln, Schwertmuscheln, Tintenfisch, mariniertes und frittertes Hundshai (Cazón) – Puerto Real ist bis heute das gastronomische „Naturschutzgebiet“ für Fisch aus der Bahía. In den Restaurants der Stadt gibt bis heute die Küche auf der Grundlage von Rohstoffen aus dem Meer den Ton an, und als einzige Festlandszutat haben die gemahlene Brote aus der Bäckerei Fernando Damián eine Chance.



*Aceitunas Aliñás von Patricio*

### Ein sehr nahrhafter Markt

Die Markthalle von Puerto Real hat das ganze Viertel geprägt. Da hat man die Qual der Wahl. Mit Appetit auf Churros geht man in die Bar **Arca Casa Ramón** (Calle La Plaza), bei Lust auf Molletito mit Schinken auf einer angenehmen Terrasse ins **Mesón La Plaza** (Calle Soledad). Drinnen in der Markthalle dann wecken die Fischstände wahre Begeisterung und auch die Oliven bei **Patricio** oder das Käsesortiment aus der Sierra de Cádiz bei **Cosano** sind echte Hingucker und Reinschmecker.

### ... und anschließend Tapeo

Wenn wir schon im Zentrum sind, dann sollten wir auch standesgemäß auf Tapatour gehen. Eine interessante Adresse ist das **El Barril** in der Calle Ancha mit seinem breiten und ansprechenden Tapasortiment. Im **Marinero en Tierra** (Plaza Poeta Rafael Alberti) genießt man die gepflegte Tapa-Vielfalt auf einer angenehmen Terrasse mit Meerblick.



*Venta Paquete, berühmt für die Chicharrones*

rei **Fernando Damián** (Calle Real) hinzufügen. Außerdem bäckt man hier watteweiche Molletes-Brötchen: als würde an in eine warmes, deftiges Kopfkissen beißen.



*Venusmuscheln aus den Marschen*

### Drei Lokale für Almejas

Puerto Real zeichnet sich durch seine Venusmuschelgerichte aus. Bis heute werden die Almejas in den Esteros rund um die Stadt gesammelt. Man weiß selber nicht, was leckerer ist: die Muschel selbst oder die Soße, aus der wir sie fischen. Merken Sie sich drei Adressen: In der Calle Nueva die **Bar Dorado**, eines jener lebhaften Lokale bei denen Bar und Speisesaal stets brechend voll sind. Hier bestellen wir außer den Almejas den mariniert frittierten Hundshai: Cazón in Adobo. Ein ruhigeres Ambiente herrscht im Restaurant **Patio Canalejas**. Allein schon sein Patio-Hof lohnt den Besuch der Calle Vaqueros. Hochachtung verdienen die gebratenen Paprikas. Außerhalb der Stadt finden wir in einem Gewerbegebiet im Edificio Bahía ein wirklich kuriose Lokal: das **Casa Manolito**. Hier kehren die Arbeiter aus dem Gewerbegebiet ein, und

dennoch hat das Lokal ein Prestige erlangt, das auch von weiter her viele Leute anlockt, die hier die Almejas oder den köstlichen Reis mit Garnelen genießen.

### Zwei einzigartige Lokale

Wenn Sie es mal ganz anders mögen, haben wir zwei Tipps für Sie. Im Zentrum an der Strandpromenade das **El Callejón del Vino**. In dieser kleinen Taberna trinkt man Jerez-Weine zu kalten Tapas. In der Calle San Ignacio erwartet uns im **Los Esteros** ein Speisesaal mit Kamin, wo man eine Reihe von Wildgerichten und Fisch aus der Gegend verkosten kann. Die Empfehlungen auf der Tageskarte unbedingt beachten.

### Etwas ganz besonderes

In Puerto Real ist eines der besten Lokale für frittierten Fisch der Provinz: **La Taberna del Puerto**. Außen knusprig, innen saftig. Und auch den in den küstennahen Klippen gefangenen „Pescado de Roca“ bereitet man hier bestens zu, so dass man seinen ganz besonderen Geschmack genießen kann. Dorada



*Corvina im El Fogón del Guanche*



*Frische Muergos*

(Goldbrasse), Lubina (Seebarsch) und Urta (Rotbandbrasse) sind im Angebot. Auch die Venusmuscheln sind hier lecker, und manchmal bekommt man Muergos. Diese Schwertmuschel, sonst in Spanien als Navaja bekannt, wird hier mit dem Knoblauchöl Ajillo zubereitet. Wenn das Wetter mitspielt, isst man am besten auf der Terrasse. Sie finden das Lokal an der Ribera del Muelle.

### Stilvoll im Fogón del Guanche

**El Fogón del Guanche** ist eines der herausragenden Lokale für kreative Küche der Bahía de Cádiz. Trotz der Qualität des Angebots sind die Preise moderat. Hier bestellt man gemeinsame Gerichte und Portionen, die Karte wird täglich neu geschrieben. Was es heute gibt, steht an einer Tafel. Wenn Reis dabei ist, lohnt es sich, ihn auch zu bestellen. Anders als sonst, aber hervorragend. Fisch wird hier bestens zubereitet und für den Nachtsch muss man unbedingt Kapazitäten vorhalten. Besser man reserviert vorher. In der Calle Amargura.





## EL PUERTO DE SANTA MARÍA



### DIE REICH GEDECKTE TAFEL

El Puerto ist mit seinen kulinarischen Reizen auf den Esstischen ebenso verschwenderisch, wie in den Auslagen der Lebensmittelgeschäfte. Doch die Schätze von El Puerto sind nicht verborgen, sie liegen offen zutage: das Meer, der Río Guadalete. Sie bergen Köstlichkeiten, die jeden Liebhaber von Fisch und Meeresfrüchten zum Schwelgen bringen. Weine und Liköre haben eine Tradition von Jahrhunderten, und Tapas serviert man hier standesgemäß auf weißem Porzellan. Wer El Puerto besucht, darf nicht ohne Essbesteck kommen!



### Die Wände der Bar Vicente

Ein Frühstück im **El Bar Vicente** gehört einfach dazu. Da stärkt man sich zwischen alten Weinannoncen und genießt das Ambiente eines Cafés aus der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts. In Sachen „comé“ kann man sich Churros vom **Puesto de Charo** in der benachbarten Markthalle bringen lassen oder sich mit den Molletes des Hauses stärken. Wenn ich mir

eine Empfehlung erlauben darf: Der Mollete de Chicharrones y Pringá wird auch Sie für einen einzigartig schönen Tag stärken. Die Bar liegt in der Calle Plaza de Abastos und da muss sich natürlich ein Besuch der Markthalle anschließen, die eine kuriose Besonderheit aufweist: Drinnen gibts eine Marienkapelle.

### Die Tapita danach

Der Besuch eines **Mercado de Abastos** macht hungrig

und durstig. In El Puerto kann man den Besuch der Markthalle zum Glück im **Ultramarinos La Giralda** in der Calle Luna fortsetzen. Seit über einem Jahrhundert gibt es das Lokal. Die Ästhetik eines Lebensmittelgeschäfts von anno dazumal mit Tresen und Lager blieb erhalten, und hier bekommt man heute zu seinem Gläschen kalte Tapas. Neben dem Markt erwartet uns ein weiteres Lokal mit Charme: die **Bar Brillante**. In der Saison des traditionellen Almadraba-Thunfischfang muss man hier unbedingt roten Thunfisch in Manteca (Schmalz) bestellen, doch ansonsten liegt man auch mit jedem sonstigen Gericht des Hauses richtig.

### Die Osborne-Bodega

**Osborne** (bodegas-osborne.com/puerto-de-santa-maria/) hat seine **Bodega de Mora** für die Öffentlichkeit in ein Tor zur Welt der Weine und der Gastronomie verwandelt. Es gibt ein Museum, man kann die Bodegas und ein Andenkengeschäft besuchen, man kann an Verkostungen von Wein etwa in Kombination mit iberischem Eichelschinken teilnehmen.



Bodega de Mora

Die Haus eigene **Bar Toro** ist als Hommage für den emblematischen Stier der Marke zu verstehen und hier genießt man andalusische Tapas zu den Weinen der Bodega.

### Gutiérrez Colosía

Eine weitere historische Bodega der Stadt ([gutiérrezcolosia.com](http://gutiérrezcolosia.com)). Familiär wie seit Generationen. Direkt am Fluss. In einem kleinen Geschäft kann man Wein direkt aus den Bota-Weinfässern kaufen, ebenso wie Markenweine des legendären Erzeugers und Brandy oder über Jahre hinweg ausgebaute Weine. Auch Weinverkostungen werden geboten und unlängst wurde die kuriose **“Sherry Bar”**, **Bespoke** eröffnet, wo man Weine der Familienkellerei zu Tapitas genießt.

### Der legendäre Cacao Pico und die zugehörigen „Tejas“.

Der Likör **Cacao Pico** ([Cacaopico.es](http://Cacaopico.es)) wird seit dem frühen 19. Jahrhundert hergestellt. Für den Herstellungsprozess dienen Maschinen, die fast durchgehend noch aus



Die Brennerei des Cacao Pico

dem 20. Jahrhundert stammen. Nach Voranmeldung kann man die Destilería heute auch besuchen. Die Brennerei des Cacao Pico Darüber hinaus haben die Brennerei und die Familie Ibáñez, Schöpfer der berühmten **Tejas de El Puerto** ([cienpalacios.com](http://cienpalacios.com)), eine Geschenkbox kreiert, in der beide Produkte enthalten sind, der Likör und diese knusprigen Mandelkekse. Die hübsche Box kann man in dem Geschäft **Cien Palacios** in der Calle Misericordia kaufen.

### Im gedämpften Licht der Bodega Obregón

Die **Bodega de Obregón** liegt in der Calle Zarza. In der kleinen Kellerei werden

bis heute die Weine des Hauses ausgebaut, und man kann sie auch besuchen, seit die Familie González Obregón in dem Anwesen eine zauberhafte Taberna mit gedämpftem Licht eröffnet hat. An den Wochenenden kann man hier eine Reihe von Suppen und Eintöpfen genießen. Wenn es Berza gibt, unbedingt zugreifen.

### Romerijo, Meeresfrüchte und Chips aus dem Selu

Kaum ein Motiv wird in El Puerto de Santa María so häufig fotografiert wie die eindrucksvolle Meeresfrüchte-Auslage des **Romerijo** ([romerijo.com](http://romerijo.com)). Dieser Cocedero Marisquero wurde bereits Mitte des 20. Jahrhunderts hier an der sogenannten Ribera del Marisco gegründet, wo man in solchen Cocederos die Meeresfrüchte frisch zubereitet. Hier kauft man sich einen „Papelón“ – eine Papiertüte voller Marisco, und wo wir schon dabei sind, gleich noch einen mit frittiertem Fisch aus der Freiduría neben dem Cocedero. Damit setzt man sich dann auf die Terrasse und lässt sich zu dem Schmaus einen kühlen Fino aus El Puerto schmecken.



Meeresfrüchte-Mariscada im Romerijo



Bodega Obregón

Wenn dieser Kiosk im Parque Calderón geöffnet ist, kann man sich vorher im „Selu“ auch noch einen „Cartucho“ mit frisch frittierten Kartoffelchips holen.

### Paco Ceballos und das Echate Payá

Ebenso eine Sehenswürdigkeit und eine gastronomische Institution wie das Romerijo ist gleich nebenan die Bar **Paco Ceballos**. Hier bestellt man Pávias de Merluza: große, knusprig frittierte Seehechthappen. Daneben erwartet uns das **Echate Payá**. In diesem kleinen Lokal serviert man leckere Schmorgerichte



Echate Payá

und Eintöpfe. Wenns Linsen mit Puntillas gibt, nutzen Sie die Gunst der Stunde!

### Tapatour durch die Calle Misericordia

Die Calle Misericordia ist die Straße der Tapas schlechthin. Es gibt viele interessante Adressen, die wir der Reihe nach kennenlernen werden. Im **El Mesón del Asador** probieren wir die Bravas-Kartoffeln mit scharfer Soße oder die Schweinelende Solomillo de Cerdo en Salsa de Cabrales. Nebenan erwartet uns das **De Gonzalo** mit einer interessanten Version der beliebten Papas Alioli und leckerem frittiertem Fisch in Tapaportionen. Nach wenigen Schritten kehren wir im **La Bodega del Bar Jamón** ein. Herausragende Karte mit Weinen aus der Provinz. Dazu hausmacher Brot mit iberischem Eichelschinken. Die Gerichte des **Er Beti** sind fast schon gastronomische Musumsstücke. Ein Genuss sind die Higaditos de Pollo (Hühnerleber) und Carne „mechá“. Unser Tapasparadise durch die außerordent-

lichsten Lokale endet in der Cervecería El Puerto, wo man sich auf Meeresfrüchte und galicische Gerichte spezialisiert hat. Pulpo (Krake) und Zamburiñas (Kammuscheln) zum Beispiel sind keine schlechte Kombination. Wenns in der Saison Galeras gibt, gehört auch dieser Heuschreckenkrebs auf den Tisch.



Bodega del bar Jamón

### Und zum süßen Abschluss Massimo

In der Calle Luna direkt bei der Calle Misericordia können wir zum Abschluss unsrer Tapatour in der italienischen Eisdielen **Da Massimo** wahre Köstlichkeiten in knusprigen Eistüten genießen. Jedes Wochenende



Er Beti



Das Plato al Centro im Vista Hermosa-Viertel

gibts hier Eisinnovationen, doch kann man gerne auch bei den Klassikern bleiben. Besondere Aufmerksamkeit verdienen die Eisspezialitäten mit Saisonfrüchten. Hat mehrere Lokale in der Gegend.



La Casa del Jamón

### Kulinarische Köstlichkeiten

In El Puerto gibt es jede Menge Delikatessengeschäfte. Wir empfehlen zwei sehr interessante Adressen in der Calle Valdés bei der Plaza de Toros. Im **La Casa del Jamón** kann man sich vor seinen Augen hauchdünne Scheiben vom Ibéricoschinken schneiden lassen. Man liefert von hier aus nach ganz Europa ([ibericosjuancarlos.com](http://ibericosjuancarlos.com)). **Gourmet de El Puerto**. Außer einer hervorragenden Auswahl

von Weinen aus der Gegend bekommt man hier Fischkonserven und Salazones (Pökelfisch) aus Barbate sowie Käse aus der Sierra.

### Tapeo in Valdelagrana

Die Playa de Valdelagrana ist einer der beliebtesten Strände der Stadt. Und das Meer macht hungrig! Deshalb geben wir Ihnen zwei Tipps an die Hand.

Im Restaurant der **Bar Juan Antonio** (Avenida de la Paz 31) bestellt man Gerichte, von denen man gemeinsam isst. Es gibt viele leckere Sachen. Am besten lässt man sich vom Ober empfehlen. Ganz in der Nähe (Avenida de la Paz 38) liegt die **Taberna del Sapo**, wo man galicische Spezialitäten serviert. Für Meeresfrüchte eine ausgezeichnete Adresse.

### In Vista Hermosa

Ein weiteres interessantes Tapa-Revier in den Vorstädten. Auch hier gibts Strände. Das **Plato al Centro** serviert hier Thunfisch aus Almadraba-Fischfang und beste frische



La Taberna del sapo

Produkte ([platoalcentro.com](http://platoalcentro.com)). Der Name bedeutet: Das Gericht kommt in die Mitte und ist für alle am Tisch. Auch hier bestellt man am besten Gerichte, die man gemeinsam genießt. In der Calle Los Sauces ist in einem umgebauten Wohnhaus das



La Chica Yeyé: ein kurioses Lokal beim Castillo de San Marcos



Der Garten des El Laúl

Restaurant **El Laúl** (laules) untergebracht. Man kann auf der mit Rasen bepflanzten Terrasse abendessen. Es gibt einen Tapabereich und ein Restaurant mit innovativer gaditanischer Küche.

### Yeyé zur Merienda

**La Chica Yeyé** ist eine interessante Cafetería am Fuß des Castillo de San Marcos im Stadtzentrum. Die Terrasse stößt an die Wehrmauer der Burg. Es gibt mehrere hausgemachte Kuchen und mehrere Brotsorten, die man hier mit Marmelade und Creme serviert, die ebenfalls selbstgemacht sind. Die Dekoration innen im Salon ist wirklich eindrucksvoll.

### Los Portales: der große Klassiker

Restaurant an der Ribera del Marisco (restaurantelosportales.com). 1977 gegründet und seither von derselben Familie betrie-



Los Portales

ben. Klassische Küche mit Fisch und Meeresfrüchten bester Qualität. Auch der Tapatresen hat sich

einen Namen gemacht. Hier werden traditionelle Speisen im Happenformat serviert.

### Beste Rohstoffe im El Pescaíto

In der Calle Atalaya hinterm Hospital Santa María de El Puerto. Ein Lokal weitab der touristischen Viertel, dennoch lohnt der Weg hierher. Beste Rohstoffe. Man sollte sich die Empfehlungen des Tages anhören, dabei jedoch nicht die ständigen Klassiker wie Boquerones en Adobo, die Ensaladilla, Atún Mechado oder die Castañitas versäumen. Zum Nachtisch gibts hier einen weiteren kulinarischen Kulturschatz von El Puerto: die Tarta Imperial im **Obrador de Pepe Mesa**.

### El Chef del Mar, la Taberna de Angel León

2016 wandelte der Koch **Angel León** das frühere Restaurant Aponiente in eine **Taberna** um, in welcher man einige seiner Kreationen ungezwungen



La Taberna del Chef del Mar

als Tapa genießen kann. Das Lokal hat sich längst konsolidiert und bietet interessante Küche auf der Grundlage von gemein-



sam genossenen Gerichten von der Karte. Dazu kommen ganz besondere Rezepte wie der Cazón en Adobo, Schmorgerichte auf der Grundlage von Frischem aus dem Meer oder Reis mit Plankton.

### Der kühle Patio-Hof des El Arriate

Das **El Arriate** ([restaurantearriate.com](http://restaurantearriate.com)) ist das perfekte Restaurant für ein Abendessen zu zweit. Der Patio-Hof mit seinem kleinen Brunnen ist ideal,



Der Salón del Olivo im El Faro de El Puerto

um den Tag ausklingen zu lassen. Und die Küche von David Méndez tut mit ihren gewagten, eleganten und auf traditionellen Rezepten basierenden Gerichten ein Übriges. Beachten Sie die Guacamole-Kroketten und das Carpaccio aus Gambas und Calamares.

### El Faro de El Puerto: gepflegte Eleganz

Koch **Fernando Córdoba** bietet überaus durchdachte Gerichte. Und voller Eleganz! Wenn Sie mit einem Tipp erfolgreich sein wollen, dann liegen Sie hier richtig. Kreative gaditanische Küche. Hier kann man an der stets dicht



Der Patio-Hof des Restaurants El Arriate



Garnelen auf Pastinaken-Püree

umrington Bar Tapas essen oder bequem im Speisesaal speisen. Es gibt eine lange Liste empfehlenswerter Gerichte: Tortillitas de Camarones, Carabineros (Riesengarnelen) mit einer Art Kartoffelpüree, auf gaditanische Art frittiertes Fisch und eine Reihe von Gerichten, die Pasta mit Fisch kombinieren. Die enorme Bodega bietet zahlreiche Jerez-Weine und sonstige Tropfen aus der Gegend von Cádiz. Und hier dürfen Sie nicht gehen, ohne die Nachspeisen

probiert zu haben – sonst werden Sie es ein Leben lang bereuen.

**Aponiente:  
Drei Michelin Sterne**

**Aponiente**, das Meer von Cádiz, ist das andalusische Restaurant mit mehr Michelin Sternen. Das Restaurant ist in einer ehemaligen Getreidemühle untergebracht, die über ein Mühlrad im Fluss betrieben wurde. Das Mühlrad der Küche wird von den Gezeiten des Ozeans angetrieben. Die Karte

bilden Probiermenüs, die uns die Gelegenheit geben, jede Menge gastronomischer Perlen zu verkosten, die mit Zutaten aus dem Meer zubereitet werden. Eine Küche wie das Atelier eines Goldschmieds.

**Ángel Leóns** Küche



Royal de Erizos, de Aponiente.

erfindet die Meeresküche neu. Abgerundet wird der Genuss von Weinen aus der Gegend. Reservieren über [aponiente.com](http://aponiente.com) ist absolut notwendig.



Ángel León mit Leuten aus seinem Team im Aponiente

**CONIL DE LA FRONTERA**

**VON DEN FELDERN UND AUS DEM MEER**

Die Perfektion ist unerreichbar, doch Conil kommt ihr sehr nahe. Seine Gemüsefelder, Huerta genannt, und seine Küste bringen mit die besten Produkte und Erzeugnisse der Region hervor. Die Huerta bringt im Jahresverlauf viel Überraschendes hervor, darunter in der Fastenzeit etwa Alcauciles, die hiesigen Artischocken, und leckere Tomaten im Sommer. Und aus dem Meer, die leckersten Köstlichkeiten „vuelta y vuelta“: gekonnt auf dem heißen Planchablech zubereitete Bocinegro-Meerbrassen, Urtas, Pulpo und vielerlei Köstlichkeiten mehr. Das in Kombination mit den Genüssen aus der Huerta, da verliebt man sich unsterblich in jedes Gericht.

**Frühstück am Strand**

Frisches, mit gelbem Schmalz (Manteca Colorá) gefülltes Brot ist an sich schon ein Genuss, doch wenn man es mit dem Meeresrauschen im Ohr und fast am Strand frühstückt, wird aus dem Genuss ein Gedicht. In Conil kann man sich diesen Traum an der Playa de La Fontanilla erfüllen, denn hier bietet der **Chiringuito La Fontanilla** genau das: Frühstück am Strand. Wers lieber leichter mag, der bekommt hier auch Frühstücksteller auf der Grundlage von frischem Obst. Nur in der Strandsaison geöffnet.


*Bocinegro in der Plaza de Abastos*
**Ein kleiner, doch gut bestückter Markt**

Der **Markt von Conil** ist klein, doch das Angebot ist vom Feinsten. Besondere Aufmerksamkeit verdienen die Fischstände mit Corvinas, Bocinegros, Urtas und Calamares. Fragen Sie auch nach Pez Cochino, denn diese exquisite Kugelfischart

wird immer beliebter, und nach der **Frutería de Paco Vázquez**. Den Markt finden Sie in der Calle Los Vientos. Rund um den Markt finden


*Paco Vazquez und sein Gemüse*

Sie weitere interessante Geschäfte wie etwa die Salazón- und Thunfisch-Fachgeschäfte **La Chanca** (lachanca.com) und **Gadira** (gadira.com). In der Calle Antonio Ligeró bietet das Geschäft **Paco Ortega**, eine gute Auswahl frisch geschchnittener Schinken.

**Einzigtiger Tapeo**

In Conil gibt es einiges an Lokalen, in denen ein origineller Tapeo geboten wird. Das **Feduchy** (Calle Pascual Junquera) bietet ein wirklich gelungenes Thunfisch-Tatar. **El Escondite** (Calle Herre-


*El Escondite*





ría) wartet in einer netten kleinen Gasse mit Tapas auf, die einem das Wasser im Mund zusammenlaufen lassen. Das **Txicote** (Calle Vendimiadores) bietet eine Fusion baskischer und conilensischer Köstlichkeiten, angemacht mit guter Laune. Traditionelleren Geistern sei das **Ancar Pollo** (Calle Carretera) mit seiner angenehmen Terrasse und guten traditionellen Küche empfohlen.



Casa Mercedes

### Fisch „al Aceite“

An der Küste von Cádiz ist es sehr gebräuchlich, Fisch ganz im Ofen zu garen und dann lediglich mit etwas Olivenöl anzumachen. Im **Restaurante Playa** (restauranteplayaconil.com) direkt am Strand beherrscht man dies zur Perfektion. Doch nur weil der Fisch ein Gedicht ist, sollte man nicht etwa das Gemüse versäumen, das zu ihm serviert wird. Wer keinen Fisch mag, für den gibts Fleisch.

### Leckeres mit dem Löffel

Manchmal hat man einfach Lust, etwas deftig-warmes zu löffeln. Diesem Drang kann man in Conil in zwei



Die Venta La Higuera an der Straße von Colorao nach Conil

Lokalen bestens befriedigen. Zum einen im **Casa Mercedes** (Calle Virgen de la Luz) mit seiner ständig sich erneuernden Speisekarte. Hören Sie unbedingt auf die Empfehlungen der Chefin, Mercedes Llacer! Und zum anderen wäre in El Colorao an der Landstraße das **Venta La Higuera** (ventalahigueraconil.com) zu nennen, wo man in die Soße der gefüllten Calamares genießerisch sein Brot stippt.

### Ein Transplantat gefällig?

In Conil gibt es eine eigentümliche Süßspeise, eine Art Biskuit in Halbmondform – und es heißt Transplante. Vielleicht rührt der Name von der Tatsache her, dass dieses Gebäck drei Etagen hat,

Plantas im Spanischen. Man bekommts im **Horno de Fátima** in der Calle Cepa. In der Altstadt (Calle General Gabino Aranda) gibt es aber auch eine Konditorei moderner Prägung: **Canela y Miel** (Zimt und Honig). Ziehen Sie unbedingt auch das Blätterteiggebäck mit



„Frühtekörbchen“ im Canela y Miel

Sahne und die Biskuits in Erwägung! Den Drei-Königs-Kranzkuchen Roscos de Reyes bekommt man im **La Conileña** (Calle Puerto Serrano) nicht nur das ganze Jahr über, sondern obendrein in individualisierter Form.

### Nachfolgend genannten Lokalen werden Sie verfallen!

Zum Mitschreiben: **Restaurante El Roqueo**. Um oben im Speisesaal zu essen, müssen Sie reservieren. Von hier überblicken Sie die gesamte Küste. Sie



Speisesaal mit Ausblick im Restaurant El Roqueo

brauchen nur für die richtige Gesellschaft zu sorgen. Den Rest besorgt man hier für Sie, Weinchen von gaditanischen Weinbergen eingeschlossen, und dazu ein bisschen Thunfisch, ein Reisgericht – hier ist alles auf der Höhe Ihrer Ansprüche! Ein Abendessen in diesem Restaurant kann die Krönung Ihres Urlaubs sein. Besser, Sie rufen vorher an und reservieren (elroqueo.com)

### Die Calle Cádiz

Eher eine Gasse als eine Straße, im Zentrum, gesäumt von zahlreichen



Restaurant La Azotea de la Mejorana

Bars. Wir geben Ihnen ein paar Tipps. **La Azotea de La Mejorana** bietet originelle Gerichte auf halber Strecke



Patio-Hof des Restaurants Blanco y Verde

zwischen Innovation und Tradition. Ein sicherer Tipp. Am andern Ende der Straße eine Empfehlung zum Ausklang: Die Bar **El Sopa** wird Sie mit ihren Calamares, „a la Cochambrosa“ verzauern. „Dreckig“ ist an denen allerdings rein gar nichts. Eine Leckere Sache! Und auf halbem Weg das **Juan Maria**, ein Klassiker mit Thunfischgerichten und auch sonst ziemlich gutem Fisch.

### Wo man in Badesachen isst

n trauter Nachbarschaft erwarten Sie an der Playa La Fontanilla das **La Fontanilla** und das **Francisco La Fontanilla**. Hier können Sie gerne in Badesachen kommen. Die gepflegten Terrassen liegen direkt am Strand. Im



Restaurant Francisco La Fontanilla

### Francisco La Fontanilla

darf man sich den Reis nach Art des Hauses nicht entgehen lassen, der es in Sachen Meeresfrüchte in



Ein Gericht des Feduchy Playa

sich hat. Zur Einstimmung ein paar Kastanien oder etwas Thunfisch. Und zum Nachtisch ein erfrischendes Bad im Meer. Nur wenige Schritte ist der Chiringuito **Feduchy Playa** entfernt, in dem man viel Wert auf gute Küche legt.



Restaurant direkt an der Playa La Fontanilla



Terrasse des Restaurants Cabo Roche

### Blanco y Verde

Restaurant in einiger Entfernung vom Strandbereich (blancoverde.Restaurant in einiger Entfernung vom Strandbereich (blancoverde.com), doch der Weg lohnt sich. Alles, was man mit dem Löffel essen kann, ist hier ein Genuss und das Gemüse bringt man hier gekonnt auf den Punkt. Der in Tomate geschmorte Thunfisch sorgt dafür, dass nach dem Stippen der Soßenreste kein Krumen Brot übrig bleibt. Auch auf Fleisch vom Grill versteht man sich hier meisterhaft. Und zwar auf Retinto-Fleisch vom typischen autochthonen Rind der Provinz.

### Idyllische Terrasse

Gut essen allein ist nicht alles. Auch das Ambiente muss stimmen. Die Terrasse des Restaurants **Cabo**



**Roche** an der Straße zum Fischereihafen macht die Vielzahl von Bäumen und Pflanzen zu einem idyllischen Ort. Hier darf man sich die Tortillitas de Camarones nach Art des Hauses ebenso wenig entgehen lassen, wie die Meeresfrüchte und den Fisch. Rohstoffe erster Güte. Ziehen Sie unbedingt die Empfehlungen des Hauses in Betracht.



Alchucies in der Venta Melchor

### Der Augenblick als Kult

In der **Venta Melchor** (restauranteventamelchor.com) huldigt man jedem Augenblick im Jahresverlauf. Hier wird ausschließlich mit lokalen Saisonprodukten gearbeitet und deshalb wechselt die Karte ständig. Den Thunfisch darf man sich in der Saison ebenso wenig entgehen lassen, wie die Eintopfgerichte in der entsprechenden Jahreszeit. Das Gemüse hat ebenso

sein Moment wie Calamares de Potera. Das Lokal wurde unlängst umgebaut und dabei wurde ein Tapeobereich geschaffen.

Wenn kleine Choco-Tintenfische mit Kartoffeln im Angebot sind, greifen Sie zu!



Venta Melchor

**VEJER DE LA FRONTERA**

**FLEISCH UND SÜSSES VOM FEINSTEN**

Vejer ist nicht nur eine Sehenswürdigkeit, sondern oben drein eine, zu der man aufblickt. Und was sich dort hoch oben auf einem Berg malerisch vor uns auftürmt, ist auch kulinarisch eine Entdeckung. „... de la Frontera“ deutet es schon an: Auch gastronomisch wird hier die „Grenze“ zwischen arabischer und christlicher Kultur munter überschritten. Zu Retinto-Rindfleisch und Schweinelende in Schmalz kommt eine reichhaltige Feinbäckereitradition mit Einzigartigem wie dem Pan Duro der Familie Galván: „Hartes Brot“, eine Delikatesse der Fastenzeit.


*Venta Pinto, in La Barca de Vejer*
**Leckerer Lende(früh)stück**

In Vejer gehört der „Lomo Desayuno“ zum guten Ton. Denn Lomo en Manteca – geschmorte Schweinelende, in Schweineschmalz konserviert – ist heute das beliebteste Gericht in dieser weißen Stadt. Stilgerecht beginnt der Tag zum Beispiel in **La Barca de Vejer** vor den Toren der

Stadt. Hier serviert das Venta Pinto (ventapinto.com) Brote verschiedener


*Lomo en manteca*

Größe, die mit dieser Spezialität belegt sind. Genau das richtige, um sich für einen erlebnisreichen Tag zu stärken.


*Carnicería Paco Melero*
**Kalbfleisch aus La Janda**

In den verwinkelten Gassen der Vejerer Altstadt gibt es die **Carnicería de Paco Melero** zu entdecken. Fragen Sie in dieser ebenso hervorragenden wie humorvollen Fleischerei nach der Tarta Cochina, sprich „Schweinetorte“. Weitere Spezialitäten des Hauses sind die Kalbsfilets aus eigener Zucht in der La-Janda-Gegend, bereits genannter Lomo en Manteca oder der Almuerzo Campeiro, ein Mittagsschmaus aus marinierten und in Schmalz gebratenen Schweineinneren. Alle Gerichte gibts zum Mitnehmen (Calle Juan Relinque). Alle Gerichte gibts zum Mitnehmen (Calle Juan Relinque).


*Gastronomischer Markt Vejer*
**Markt und Palomita**

In der Altstadt gibt es jede Menge Geschäfte für gastronomische Leckerbissen. Zwei davon wollen wir hervorheben. Einerseits den **Antiguo Mercado de Abastos** (Plaza de San Francisco): In der traditionellen alten Markthalle ist heute ein Feinschmeckermarkt untergebracht. Ansprechende Dekoration mit orientalischem



Einschlag, ein ausgesprochen diverses Tapa-Angebot. Nur wenige Meter entfernt empfehlen wir das gepflegte Feinschmeckergeschäft **Palomita** (colmadopalomita.com) mit Köstlichkeiten aus der Gegend. Man kann sie gerne an Ort und Stelle zu einem Glas Wein verkosten.

### Tapas mit Steigung



El Central

In den mitunter steilen Gassen und Straßen der Altstadt gibt es eine ganze Reihe von Lokalen, in denen man Tapas genießen oder in lockerer Atmosphäre essen kann. Zum Mitschreiben: **Casa Varo** (casavaro.com), spezialisiert auf roten Thunfisch aus Almadraba-Fischfang. Wenige Meter entfernt gibts im **El Central** (elcen-

tralvejer.com) vielfältige innovative Tapas. Klassisch veranlagte Tapagänger finden im **Pepe Julián** (Calle Juan Relinque 7) gelungene Happen wie die Ensaladilla oder Wildschwein in Soße. Erst seit neuerem in der gastronomischen Szene: das **4 Estaciones** neben dem Pepe Julián. Hier gibts lokale Produkte, zubereitet mit Einflüssen anderer Kulturen.

### La Corredera

Diese Straße steht garantiert auf der Liste der meistbesuchten Straßen der Welt. Hier gibt es viele bildschöne Perspektiven für gelungene Fotos und obendrein isst man hier hervorragend. Das originellste gastronomische Angebot hat sicher das **Corredera 55**. Hier bestellt man Gerichte, die man gemeinsam genießt. Wenige Meter entfernt liegt die spektakuläre Bar **Las Delicias**. Wenn man die Architektur auf sich wirken lassen, geht der Genuss mit den Tapas weiter. Als letzte Option nennen wir einen

Italiener mit schöner Dachterrasse. Hier im **La Tarantella** gelingt das romantische Abendessen garantiert.

### Ein Laster im Galván



Süßes in La Exquisita

Für die **Pastelería de Galván**, auch als **La Exquisita** bekannt, nehme man sich Zeit und Muße nehmen. In einer Vitrine wird die Geschichte der Konditorei dokumentiert, doch interessanter sind ganz klar die mit den süßen Sachen. Am berühmtesten: El Camión – im wahrsten Sinne des Wortes ein Laster aus Blätterteig. Bestellen Sie lieber zwei. Auch eine Cafetería gibt es hier, in der eine gelungene Merienda garantiert ist. Liegt in der Calle Altozano. Wenn Ihnen der



Las Delicias: Restaurant in einem ehemaligen Theater

Sinn nach einem Eis steht, empfehlen wir ganz in der Nähe in der Calle Juan Relinque die **Heladería El Mastrén** mit ihren selbstgemachten Eisspezialitäten.



*Venta los Naveros*

### Auf zum ländlichen Mittagsschmaus

Rund um Vejer wird gastronomisch viel geboten. Ein Gericht wird in vielen Lokalen geboten: der Almuerzo Campero. Es war schon von ihm die Rede ... Ein Gericht, dessen Soße gebieterrisch nach Brotstippen verlangt. Es gibt zwei leckere Varianten: Eine serviert man in der **Venta La Tarraya** (Calle Larga in dem vorort Pedanía de Cantarranas), die andere

in der **Venta Los Naveros** (Avenida de Andalucía). Gemeinsam haben sie den großen Berg Bratkartoffeln als Beilage.



### Die Plaza de Los Pescaítos

Ein Abendessen ist in Vejer Pflicht, und zwar an der Plaza, die man „Los Pescaítos“ nennt. Das liegt an der Dekoration: Brunnen mit Fischmotiven in Keramik in der Mitte, gesäumt von stattlichen Häusern, angenehme Restaurantterrassen. Zwei Adressen seien empfohlen: Das **Garimba Sur** (garimbasure.com) bietet außer seiner interessanten Speisekarte eine gepflegte Auswahl an Vermouths. Daneben bekommt man im **Trafalgar** (restauranttrafalgar.com) ebenfalls auf seine Kosten. Der Stierschwanz Rabo de

Toro ist ein Genuss.

Ehe man sich zum Mittagessen niedersetzt, kann man am selben Platz in der Bodega **La Casa del Vino** als Aperitif ausgesuchte Jerez-Weine trinken.

### Reis am Strand

Klingt wie eine Filmszene: Zum Wasser sind es nur



*Restaurant Francisco el de Siempre*

30 Meter. Sonne, Meer und Sand, so weit das Auge reicht. Und direkt vor der Nase ein Marisquito, etwas roten Thunfisch aus Almadraba-Fischfang und ein Reis mit Meeresgetier. Doch in diesem Film können Sie die Hauptrolle spielen. Gedreht



*Garimba Sur*



Patio-Hof des Restaurants El Jardín del Califa

wird im **Casa Francisco el de Siempre** ([casafranciscoeldesiempre.com](http://casafranciscoeldesiempre.com)) – einem von diesen Restaurants, in denen die besten Rohstoffe für höchsten Genuss sorgen. Direkt an der Playa de El Palmar.

### Grenzland

Vejer gehört zum Kreis der Städte der Region, die den Beinamen ... de la Frontera führen. Jede von ihnen lag einst an der Grenze zwischen christlichen und islamischen Reichen und wie präsent die arabische Kultur hier ist, zeigt das **La Casa del Califa** ([califavejer.com](http://califavejer.com)). Das Lokal ist wunderschön, als würde man in einer Burg speisen. Die Küche ist orientalisches, doch die Rohstoffe stammen aus der Gegend.

### Eier mit Schinkendecke

Die Setzeier mit Pommes frites in der **Venta El Toro** (Pedanía de Santa

Lucía) sind über die Grenzen der Gegend hinaus bekannt. Und

damit den Papas nicht

kalt wird, deckt man sie liebevoll mit einer Decke aus Ibéricoschinken zu. Die malerische Restaurantterrasse



Venta El Toro: authentischer Charme

se wurde über einem kleinen Bachlauf angelegt. An den Wochenenden ist das kleine Lokal brechend voll.

### Fleisch von Feinsten

Das **La Castillería de Vejer** ([restaurantecastilleria.com](http://restaurantecastilleria.com)) zählt zu

den besten Asadores oder Grillrestaurants für Fleisch in Spanien. Obendrein speist man hier rustikal und förmlich in einem Wald. Auf der Karte stehen über zehn leckere Rindfleischsorten. Auf dem Grill werden sie millimetergenau auf den Punkt zubereitet. Den Milhoas-Blätterteig zum Nachtisch sollten Sie sich nicht entgehen lassen. Rechtzeitiges Reservieren ist unabdingbar.

### Dänische Originalität

Ein dänisches Ehepaar eröffnete im Jahr 2006 das Restaurant **Patria** ([restaurantepatria.com](http://restaurantepatria.com)). Es ist in einem Landhaus auf einem Bergrücken untergebracht und bietet eine friedvolle, gelassene Atmosphäre. Das gilt auch für die Küche: viel Gemüse, gelungene Kreationen, beste Produkte und richtig gute Nachspeisen. Reservieren ist ratsam, denn im Sommer wird es in der Regel voll.



La Castillería in Santa Lucía unterhalb von Vejer



**BARBATE**

**DIE PILGERREISE DES THUNFISCHS**

Mit der Hitze kommt er nach Barbate. Gegen Ende Mai. Er ist auf dem Weg ins Mittelmeer, um dort nach seiner langen Reise durch den Atlantik zu laichen. Man fängt den roten Thunfisch hier mit der Almadraba-Methode. Dieser traditionelle Fischfang ist überall in der Stadt präsent und bestens dokumentiert. Auf ihrer Reise haben sich die Fische bestens ernährt und daher ist ihr Fleisch nun reich an Fett und überaus lecker. In Barbate kann man Thunfisch in vielerlei Form genießen, doch am gelungensten präsentiert man die Spezialität wohl im Pepe Melero in El Campero.

Meer. Rund um den Markt gibt es eine Reihe von Geschäften der wichtigsten Konservenhersteller. **Gadira** (gadira.com), ist auf roten Thunfisch spezialisiert und in der Saison bekommt man sogar frischen Atún, und außerhalb der Saison dann tiefgekühlte Leckerbissen.

**Das Museum**

**La Chanca** (lanchanca.com) ist einer der berühmtesten Konservenhersteller von Barbate. Am Eingang zur Stadt hat die Marke ein Thunfischmuseum eingerichtet, das die Geschichte dieses Produkts und unter anderem ein interessantes Modell einer Pökelfischfabrik zeigt. Bei der Führung sieht man unter anderem zu, wie

**Mit guter Grundlage auf den Markt**

Der **Mercado de Barbate** im Zentrum (Avenida de Andalucía) ist klein doch sehr ansprechend. In der Thunfischsaison sogar noch ansprechender, doch eine gute Auswahl gibts hier immer. Eine gute Grundlage schafft man sich vor dem Marktbesuch bei einem Frühstück



Thunfischkonserven bei Herpac

in einer der Bars oder einem Churros-Kiosk rund um den Mercado. Denn ein Marktbesuch ohne Frühstück, das ist wie ein Strand ohne Meer.

**Thunfischgeschäfte**

Barbate besuchen und keine seiner berühmten Thunfischkonserven kaufen, auch das ist wie ein Strand ohne

ein Thunfisch zerlegt wird. Die Öffnungszeiten erfragt man am besten direkt beim Museum. Ganz in der Nähe können wir in der Konservenfabrik der angesehenen Marke **Herpac** (herpac.com) ebenfalls an Führungen mit Zerlegung oder Ronqueo eines Thunfischs und Verkostung von Delikatessen teilne-



Das Thunfischmuseum La Chanca





Tres Martínez und seine Wundervitrine

hmen. Auch hier vereinbart man die Führung am besten über die Website.

### Die Wundervitrine

Das Märchen mit der Wunderlampe kennen Sie sicher. In Barbate haben die Brüder Martínez für ihre Marke Tres Martínez (tresmartinez.com) eine Wundervitrine



Süße Köstlichkeiten bei Tres Martínez

geschaffen. Und die birgt keinen Geist, sondern wahrhaft wunderbare süße Kreationen. Hier bekommt man von traditionellen süßen Happen mit Pinienkernen aus dem nahegelegenen Naturpark La Breña bis hin zu Schwammzartem Mousse mit innovativem Touch so ziemlich alles. Eine interessante Kreation sind die Pralinen mit Trockenfrüchten und Salazón-Pökelfisch aus Barbate.

### Eis mit Tradition

Barbate hat Eisdieleen mit langer Tradition, die bis

heute ihre eigenen Spezialitäten herstellen. Im **Pepe El Malagueño** (Paseo Marítimo) genießt man sein Eis auf der tollen Terrasse am Strand. Spezialität ist der „Pijama“, eine Mischung für Mutige.

### Der Paseo Marítimo

Barbates Uferpromenade am Stadtstrand bietet viele Lokale, in denen man gut isst. Besondere Empfehlung: das kulinarische Angebot von Chefkoch José Luis Román. Das Lokal heißt **Variopinto** und hat eine Terrasse mit schönem Blick. Speisen mit innovativem Touch, die Rohstoffe sind aus der Gegend. Auf die Empfehlungen an der Tafel achten



Eis bei Pepe El Malagueño

und etwas Hunger für die Nachspeisen vorhalten.

### Tortilla de camarones

Die **Bar Camarón** liegt im Zentrum von Barbate nahe beim Mercado de Abastos in der Avenida del Mar 57. Eine jener kleinen Bars, in der man die Leute aus der Stadt trifft. Hier nimmt man mit dem Ellbogen sein Stückchen vom Tresen in Anspruch und bestellt die berühmten Tortillitas de Camarones des Hauses..



Tortillitas de camarones

### Tabernas mit Thunfisch

In mehreren Tabernas der Stadt kann man zum Weinchen roten Thunfisch genießen. Besonders außergewöhnlich ist das **Presenta**, auch als **Taberna de Abelardo** bekannt. Sie liegt bei der alten Lonja, der ehemaligen Fischauktionshalle in der Calle Cabo Diego Pérez. Auf der Liste der zu probierenden Köstlichkeiten stehen Thunfisch in Schmalz, Thunfischherz und Ijada (das besonders zarte Bauchfleisch). Ebenfalls interessant sind das **La Bocana** (Avenida del Mar 128) und der Club de Pesca del Atún. Das stets gut besuchte Lokal in der

Calle Ancha bietet eine Vielzahl von Gerichten mit Barbates vorherrschender Zutat.

### Konzert für Thunfisch und Orchester

In Barbate kann man ihn als Pepe el del Campero, doch im Ausweis steht Pepe Melero. Er war kurz



*Roter Thunfisch aus Almadra-Fischfang*

davor, Fluglots zu werden, doch zu unserem Glück hatte der Herr größeres mit ihm vor und vertraute ihm die Bar seines Vaters an. Mit ein paar Ventresca-



*Speisesaal del Restaurants El Campero*

Filets vom Plancha-Blech fing alles an. Dieses weich-zarte Bauchfleisch galt damals eher als minderwertig. Heute ist es eine Delikatesse. Im **El Campero** serviert man roten Thunfisch auf japanische Art, es gibt traditionelle Gerichte wie den Encebollao (in Zwiebel gedünstet), diverse gepökelte Salazones und hausgemachte Konserven stehen ebenfalls auf der Karte. Wenn man in Santiago de Compostela

am Heiligen Apostel nicht vorbeikommt, dann gilt in Barbate gleiches für das **El Campero**.

### Arohaz en Zahora

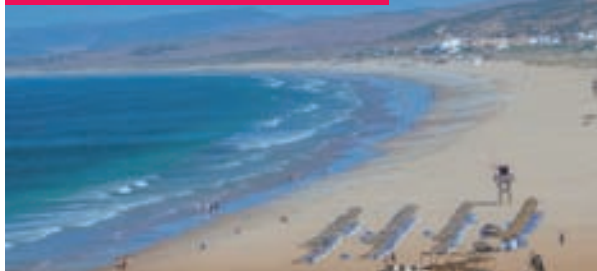
Zahora bei Los Caños de Meca ist bei Urlaubern sehr beliebt. Es gibt hier ein reizvolles Hotel mit Restaurant (hotelarohaz.com). Innovative Küche. Lokale Produkte, doch interkulturelle Formen der Zubereitung. Eine originelle Alternative.



*Restaurant Arohaz in Zahora*



## ZAHARA DE LOS ATUNES



### DIREKT AM STRAND

Hier spritzen einen in den Bars manchmal fast die Wellen nass. Berühmt für das Fleisch der Retinta-Rinder, wohl die einzigen der Welt, die hier Strandspaziergänge machen und sich im Sand sonnen. Zahara hat sich mit köstlichem Thunfisch einen Namen gemacht und man bereitet ihn hier in vielen Restaurants gekonnt zu.

### Frühstück mit Meerblick

Das Restaurant **Mardelevas** (Calle Doctores Sánchez) wurde erst unlängst eröffnet. Hier frühstückt man zudem besonders gut. Die Terrasse geht praktisch in den Sandstrand über. Verschiedene Brotsorten sind im Angebot, die Brise vom Meer sorgt für gesunden Appetit.

### Sixtinische Kapelle des Thunfischs

Zahara de los Atunes hat einen mit knapp zehn Ständen zwar kleinen, doch sehr sehenswerten **Mercado de Abastos**. Er liegt in der Calle Rincónete y Cortadillo und das Gewölbe ziert ein Deckengemälde mit im Meer schwimmenden Thunfischen. Neben Fischgeschäft, Fleischerei, Obststand und Gourmetladen gibt es auch ein Lokal, in dem man sich stärken kann.



Zoko

### Die Calle Real

Eine typische Tapa-Straße. Zwei gute Tipps, um de Picoteo leckere Happen zu essen, sind das **La Botica** und das **Zoko**. Es gibt Thunfisch, frittierten Fisch und innovativere Happen

– und viele Leute. Aber das gehört zum Tapeo untrennbar dazu: je besser die Lokale, desto voller!

### Eis mit Stickstoff

Bei der Merienda kann es hier eiskalt zugehen. Besonders aufsehenerregend ist das **Azoe Helados** in der Calle Duquesa de Medina Sidonia. Hier gibts Eis mit



Azoe helados

Stickstoff, das man vor den Augen des Kunden zubereitet. Für traditionelle Geister gibt es eine Filale des Klassikers aus Barbate: **El Malagueño**. Hier gibts die kühlen Köstlichkeiten in der Calle Nécora. Auch einen Café serviert man Ihnen hier gerne.

### Tabernas des 21. Jahrhunderts

Eine Taverne muss nicht unbedingt alt sein. In Zahara gibts einige neuer Schöpfung. Tapeo, doch



Restaurant Mardelevas mit Blick auf Meer

rundum modernisiert. Alle drei sind in der Calle María Luisa. Das **Trasteo** bietet kulturelle Fusion. Im 2017 eröffneten **Salvaje** spielt der Reis eine Hauptrolle, und



*La Taberna del Campero*

in der Taberna del Campero, Ableger des Originals in Barbate bekommt man neben sonstigen leckeren Happen Thunfisch in verschiedenster Form.



*Ramón Pipi*

### Juanito – oder besser Don Juan?

Die Bar heißt **Juanito**, doch man darf sie ruhig den Don Juan des Tapeo nennen. Hat Restaurant und Tapabar, eins gegenüber der anderen in der Calle Sagasta. Der angerichtete Thunfisch ist eine feine Sache, ansonsten bietet die Karte eher ausgereift-deftiges zum Stippen („Rebaño im Spanischen: Wenn genug Brot da ist, wird jeder Teller saubergeputzt).



*El Trasteo in der Calle María Luisa*

### Rohstoffe pur

Hoffentlich nicht nur eine Modeerscheinung sind die „Sitios de Producto“: Lokale, in denen die Rohstoffe stimmen und einfach aber gekonnt zubereitet werden. In Zahara heben wir drei Vertreter dieses köstlichen Trends hervor. Zum ersten das Restaurant **Almadraba** in der Calle María Luisa, wo man den Pez Limón oder Grünel nicht versäumen darf. Im **Ramón Pipi**, in der Calle Sagasta, beginnt man unbedingt beim Pulpo (Krake) und bestellt danach Küstenfisch (Pescado de Roca).. Im Wohngebiet Atlanterra serviert man im **La Sal**, beste Thunfischgerichte. Auch Retinto-Rindfleisch kann man hier probieren, das ebenfalls in sehr enger Verbindung zu Zahara steht.



*21 restaurante*

### Exotische 21

Die originellste gastronomische Option in der Stadt heißt **21 Restau-**

**rante** (21 restaurante.com). Hier bestimmt der australische Koch Ali Palmieri in der Küche. Ein nettes Lokal, in dem natürlich auch Känguru auf der Karte steht, dazu einfallsreiche Fischgerichte. Lassen Sie sich überraschen!

### Antonio und das Meer

Durch die großen Fensterscheiben sieht man im **Antonio** (restaurantantoniozahara.com) vom Speisesaal aus das Meer. Doch man sieht es nicht nur durch die Fenster, man hat es auch auf dem Teller. Meeresfrüchte, Küsten-



*Restaurante Antonio*

fisch, Thunfisch – alle einfach zubereitet, damit der eigentliche Geschmack erhalten bleibt. Haben schon einige Preise bei der jährlichen Ruta del Atún gewonnen und alle ausgezeichneten Tapas kann man an der Bar verkosten.



## TARIFA



### GASTRONOMIE IM ZEICHEN DES OSTWINDS

Tarifa ist anders. Vielleicht wegen dem Levante-Wind aus dem Osten. Oder wegen seiner Geschichte. So einzigartig wie Tarifa ist auch seine Küche. Und dafür sorgen erstklassige Produkte wie Pan Macho, ein deftiges Brot aus dem Vorort Facinas, der köstliche Fisch Voraz aus der Meerenge von Gibraltar und generell das spektakuläre Tapa-Angebot. Dazu kommen die Köstlichkeiten aus den Pastelerías. Neben traditionellen Klassikern wie Merengue (Baisers), Blätterteig (hier Tranvía genannt: Straßenbahn) und Cajillas isst man hier auch leidenschaftlich gern Tocino: himmlisch süßen „Speck“.

#### Königlich frühstücken

Wer gesund sein will, so heißt es, der muss gut frühstücken, und in Tarifa nimmt man diese Lebensweisheit wörtlich.

Uns so kann man hier auf jede erdenkliche Art frühstücken. Am bekanntesten ist zu Recht das **Café Azul** (Calle Batalla del Salado), wo man vom typisch andalusischen Brot mit Olivenöl und Tomate über frischmachende Säfte und Obst bis hin zu Ei und Shakes so ziemlich alles bekommt.

#### Netter Markt

Die **Plaza de Abastos** von Tarifa (Calle Colón) ist ri-



chtig nett, ein Markt der unbedingt einen Besuch verdient. An den Fischständen kann man wirklich nur schwer widersprechen. Beachtung verdienen lokale Sorten

wie die milde Brótola (Gabeldorsch) oder Voraz, eine ausgesprochen saftige Goldbrasse. Der Innenhof des Gebäudes aus dem frühen 20. Jahrhundert lädt zu einem Kaffee ein, drinnen gibts eine Bar, um sich gebührend zu stärken.

#### Ihre Majestät, die Melva

Melva ähnelt sehr dem helleren Bonito und wird gerne für Konserven verwendet. Zum Mitschrei-



Konserven aus Tarifa

ben: **Conserva de Tarifa** (conservadetarifa.es). Das Geschäft in Zentrumsnähe bietet Melva, Makrele aus südlichen Gewässern und Thunfisch. Am besten kauft man Konserven von allen dreien, denn die Qualität ist vom Feinsten.



Lebensmittelmart Tarifa

## Voraz und Brótola

Die Meerbrasse und der Gabeldorsch sind charakteristische Fische Tarifas, die man unbedingt probieren muss. Rund um den Fracht- und Fischereihafen gibt es mehrere auf Fisch spezialisierte Lokale. Merken Sie sich **El Ancla**



Bar Playa Blanca

oder **El Puerto**, beide in der Avenida de las Fuerzas Armadas. Wenn die Boote erfolgreich gefischt haben, bekommt man hier in der Regel beide Spezialitäten. Wenn Sie Brótola frittiert probieren möchten, müssen Sie in die **Bar Playa Blanca** an der Plaza de San Martín.



Tapas im El Lola

## Tapeo rund um Guzmán El Bueno

In Tarifas Innenstadt gibt es jede Menge Tapastationen. Das Niveau ist ziemlich hoch. Um Ihnen die Sache Leichter zu machen, hier ein paar Adressen, alle in der Calle de Guzmán el Bueno. **El Burgato** bietet eine originelle Wein- und Tapakarte. Dem steht das **El Lola** mit seinen innovativen Tapas nicht nach. Es sind nur ein paar Schritte. Wer traditioneller veranlagt ist, den erwartet das **Los Mellis** mit seinen köstlichen Chocos-Kroketten und das **El Pasillo**.

## Verführung pur im El Francés

**El Francés** ist ein besonderes Lokal mitten im Zen-

trum in der Calle Sancho IV. In der Regel ist es hier voll. Ein sehr kleines Lokal, auf dessen Terrasse man die gelungenen lokalen Gerichte in Ruhe genießen kann. Eine höchst interessante Mischung verschiedener Kulturen. Wer Papas Bravas mag, der muss die hier die besondere Ausführung dieser Kartoffeln mit scharfer Soße unbedingt probieren.

## Lokale, die es in sich haben

Weitere Lokale, die man besucht haben muss sind das **El Picoteo**, das **Casa Elena** und das **Juan Luis**. Das zweite (Calle Santa Trinidad) ist auf Köstlichkeiten vom iberischen Schwein spezialisiert.



El Burgato



Geführt wird es vom Sohn des Sabio de Tarifa – ein in kulinarischer Hinsicht weiser Mann, der früher ebenfalls ein auf dieses Produkt spezialisiertes Geschäft führte. Einfache Küche mit ausgesuchten Rohstoffe, teilweise aus eigener Zucht. Im **El Picoteo** (Calle Mariano Vinuesa) bestellt man sich Gerichte zum Teilen. Vielseitiger und gepflegter Tapeo. Lassen Sie sich die Fischgerichte nicht entgehen.

### Süßes Tarifa

Tarifas Konditoreien haben es in sich. **La Tarifeña** hat ihren Hauptsitz in der Calle Nuestra Señora de La Luz.



Pastelería La Tarifeña

Hier ist alles gut, doch besonderen Ruhm haben die Tocinos de Cielo und das Blätterteiggebäck mit Namen Tranvía (Straßenbahn). In zahlreichen Cafeterías bekommt man zum Kaffee Gebäck, selbstgemachtes Eis, nachmittägliche Merienas und Frühstück. In der Calle Sancho IV finden wir eine weitere Institution: das **Bernal** mit einer Liste von „Durses“ (von Dulces, also: Süßes). Ausgesprochen lecker.



Mic-Moc

### La Venta El Nene

liegt im Vorort Facinas einige Kilometer vor Tarifa. Auch hier bekommt man ein gutes Frühstück mit getoastetem Pan Macho, doch zur rechten Zeit am rechten Ort ist man hier zum Mittag- oder Abendessen. Vor allem für Fleischliebhaber. Was man hier mit Retinta-Rindfleisch aus der Gegend im Ofen

zubereitet, spottet jeder Beschreibung. Ein gemütliches ländliches Lokal außerdem, mit einer weitläufigen Terrasse, auf der man den Grill nicht aus den Augen verliert. [Ventorrilloelnene.es](http://Ventorrilloelnene.es).

### Las Rejas in Boloni

Landschaftlich einer der schönsten Flecken der Provinz. Und um den Genuss perfekt zu machen, muss man nach Strandbesuch und Genuss der herrlichen

Ausblicke unbedingt im **Las Rejas**, essen. Rohstoffe bestens zubereitet, vor allem Fisch wird hier zum schnörkellosen Genuss. Als Vorspeise Kroketten mit kleinen Choco-Tintenfischen in ihrer Tinte. Danach Reis oder Küstenfisch. Sie finden das Restaurant in der kleinen Ortschaft El Lentiscal.

### Kulturelle Mischung

Tarifa ist von der Vielfalt seiner gastronomischen Kulturen und ihrer Vermischung geprägt. In vielen Restaurants huldigt man verschiedenen Traditionen und in vielen Lokalen kocht man vegetarisch. Das unlängst eröffnete **Mic Moc** in der Calle Alcalde Juan Núñez weckt mit seiner originellen Dekoration Interesse. Das Souk (Calle Mar Tirreno) und das **La Mandrágora** ([lamandragora.com](http://lamandragora.com)) bieten arabische Küche, das **Surla** ([surla.es](http://surla.es)) gibt sich mittags italienisch und abends ist Sushi angesagt. In der Calle San Francisco bietet das **Patagonia** zu argentinischer Küche eine ausgesprochen gepflegte Weinkarte.



Patagonia

## ALGECIRAS



## DURCHDRINGUNG DER KULTUREN

Köstlicher Fisch, Muscheln und Tapas im Zentrum. Die Meerenge, der Blick. Arabische Süßspeisen, Süßes von hier, eine farbenfrohe Markthalle – Algeciras: In Sachen „comé“ ist das Angebot der Stadt an der Meerenge von Gibraltar alles andere als eng.

## Das Achteck der Farben

Der **Mercado de Abastos** von Algeciras hat einerseits architektonischen Wert: Er wurde von Eduardo Torroja in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts entworfen. Und er hat jede Menge Unterhaltungswert: Der Markt quirlige Markt steckt drinnen und um ihn herum voller Überraschungen. Am besten man stärkt

sich mit ein Paar Churros von einem Stand beim Markt und besucht dann das Viertel. In den umliegenden Straßen finden wir interessante Fischgeschäfte und Fleischereien.

## Die Fischboutique

Das Fischgeschäft von **Antonio Martin** ([grupomartinsan-chez.es](http://grupomartinsan-chez.es)) hat es in sich. Das Sortiment an

Fisch und Meeresfrüchten ist groß und man kann sogar etwas zu sich nehmen, denn hier bereitet man die Meeresfrüchte frisch zum gleich essen zu.

## La casita de las tapas

Ein Vormittag auf dem muss einfach im **La Casita** enden, eine jener Bars rund um den Markt, in der es stets dichtgedrängt zugeht. Hier in der Calle Tarifa serviert man Ihnen die Tapas stets im Doppelpack. Das Brathähnchen mit Zitrone ist geradezu berühmt, doch gut ist hier einfach alles.

## Tapareise in den Mittelpunkt

In der Innenstadt von Algeciras gibt es jede Menge Tapastationen. Wir schlagen drei Lokale vor. An der von Bars gesäumten Plaza Neda das **Las Duelas** mit seiner gepflegten Küche und den interessanten Gerichten. In der Calle Sevilla das **Casa Dioni**, wo



Tresen der Taberna Recoveco





*Mesón Las Duelas*

man leckere Kutteln und lokale Meeresfrüchte wie die Esculpinas bekommt, eine Variante der Almeja oder Venusmuschel. In der Saison gibts Schnecken. Das **El Querido** in der Calle Alfonso XI bietet argentinische Spezialitäten mit lokalem Einschlag.



*Parrillada mit gegrilltem Gemüse im La Cabaña*

### Das Zentrum im Sitzen

Es gibt in der Innenstadt natürlich auch Lokale, in denen man bequem am gedeckten Tisch essen kann. In der Calle Saenz Laguna im **Lo de Ani** etwa. Interessante Gerichte, besonders lecker der Calamar. Die **La Taberna Recoveco** ([tabnarecoveco.com](http://tabnarecoveco.com)) bietet Gerichte mit innovativem Touch. Das **La Cabaña** (Avenida Agua Marina) serviert in rustikaler Atmosphäre Fleisch vom Grill. Deltig und auf den Punkt.

### Süßes auf arabische Art

In der Calle José Santacana erwartet Sie die **Pastelería Alhambra** mit ihrer spektakulären Auslage süßer arabischer Sachen. Die Auswahl ist groß. Auch salzige Spezialitäten sind im Angebot,



*Auslage der Pastelería Alhambra*

und Brot nach afrikanischer und europäischer Art. In der Urbanización Soto Rebolo ist die **Pastelería Canas** mit ihrer Cafetería einen Besuch wert. Europäisches Gebäck, sorgfältig zubereitet und ein breites Angebot.

### Zwei Tipps für Schlemmer

Wer gute Rohstoffe gut zubereitet liebt, für den haben wir zwei Tipps parat. In der Calle Rosa de los Vientos das **Muelle 5** unweit vom Sporthafen. Hier wird Fisch aus lokalen Gewässern gekonnt



*Das Team des Muelle 5*

zubereitet. Weit entfernt vom Zentrum empfehlen wir in der Calle Justo San Salvador das **Los Remedios**. Eine Bar, in der die Leute aus dem Viertel köstlichen frittierten Fisch und gekochte Meeresfrüchte genießen. Hier wird es in der Regel voll.

### Estrecho pur

Die Playa de El Rinconcillo bietet einen schönen Blick auf die Meerenge. Wenn Sie schon hier sind und da der Weg ebenfalls sehr schön ist, nehmen Sie doch die Landstraße zum Leuchtturm auf Punta Carnero. Auf dem Weg kommen Sie obendrein am **Puro Estrecho** ([puroestrecho.com](http://puroestrecho.com)). In diesem eindrucksvollen Restaurant über der Meerenge wird eine vielseitige Küche mit innovativem Touch geboten. Nach dem Essen kann man sich im Schwimmbad abkühlen.



*Innensicht des Puro Estrecho*

## LOS BARRIOS



## LECKERE KONTRASTE

Am Fuß des Naturparks Los Alcornocales mit seinen Korkeichenwäldern. In der Ortschaft Palmones kann man sogar das Meer sehen. Hier serviert man Köstlichkeiten vom Land und aus dem Meer. Pilze mit Fisch, Schwein mit Meeresfrüchten. Abgerundet wird der Genuss mit Süßem aus der Konditorei La Plata.

## Chicharrones zum Frühstück

Chicharrones – kleine Stücken frittierten Schweinespecks – gehören zu den Attraktionen des Ortes. In der **Venta El Frenazo** (an der Autobahn von Jerez nach Los Barrios an der Ausfahrt zu letztgenannter Ortschaft) serviert man sie sogar zum Frühstück. Auch Landbrot mit verschiedenen Schmalzsorten stehen auf der Karte. Zum Mittagessen

kann man auf Vorbestellung Refrito Barreño genießen, eine Variante des Tomaten-Knoblauch-Sofrits Ajo Caliente. Oder ein Stück Lende in Schmalz mit Bratkartoffeln und Ei – da ist dann von Hunger erst einmal keine Rede mehr. Wer zum Frühstück auf Churros steht, dem sei der **Kiosko de Curro** (Avenida Antonio Machado) empfohlen. Außer den guten Churros gibts hier einen heute ganz besonderen



Cortijo de Guadacorte von innen

Kaffee: Café de Pucherete – ein Kaffeeaufguss, wie man ihn in früheren, ärmeren Zeiten genoss.

## Silber mit Chancen auf Gold

Die **Pastelería de La Plata** (pasterialaplata.es) gehört zu den namhaftesten der Provinz. Die Auslage macht wohl jeden schwach, doch die berühmteste süße Sache sind die Milhojas aus Blätterteig, die man hier in über einem Dutzend Varianten anbietet, eine verlockender als die andere. In der Nähe gibt es Cafeterías, wo man das Gebäck zu einem Kaffee genießen kann.



Mesón La Racua

## Tapero in Palmones

Das **Mesón La Ragua** (mesonlaragua.es) gibt es zwar erst seit 2013, doch es ist seither nicht aus der Mode gekommen. Schlüssel zum Erfolg ist hier die vielseitige, hochwertige und auch preislich interessante Küche. In der Regel ist es voll. Man kann auch im Speisesaal Tapas essen und das Tagesmenü ist ebenfalls sehr empfehlenswert.



## Das Pilzlokal

Das **Mesón Al Andalus** ([restaurante-andalus.es](http://restaurante-andalus.es)) ist eine führende Adresse der Provinz für Pilzgerichte. Man bekommt sie hier das ganze Jahr über, doch am besten kommt man im Oktober und November, wenn das Angebot am breitesten ist. Hier werden sogar Nachspeisen auf der Grundlage von Pilzen kreiert.



Speisesaal des Restaurants Willy

## Willy und seine Reiserichte

Das **Restaurant Willy** (Avenida de Andalucía) gehört zu den Klassikern in Palmones, das sich im Campo de Gibraltar mit seinen hervorragenden Restaurants einen Namen gemacht hat. Zwei Besonderheiten des Hauses sind Fisch vom Grill und Reis auf valencianische Art. Es gibt auch einen Bereich für Tapagänger.

## Mané und das Meer

Das **Casa Mané** (Calle Almadraba, Palmones) liegt direkt am Strand. In dem großen Holzhaus werden die köstlichsten Fischgerichte und Meeresfrüchte serviert. Achten Sie auf die



Außenansicht des Casa Mané am Strand

Vitrine, in der die Schätze aufbewahrt werden, die am selben Tag dem Meer entrisen wurden. Ganze Fische, nach den Wünschen des Gasts zubereitet, leckere Coquina-Tellmuscheln und kleine Venusmuscheln. Bei letzteren, den Almejas, unbedingt Brot für die Soße zur Hand haben!

## Frittiertes in reizendem Ambiente

Der **Cortijo de Guadacorte** ([cortijoguadacorte.com](http://cortijoguadacorte.com)) ist ein einzigartiges Lokal in der Ortschaft Guadacorte. Ländlich-andalusische Umgebung, aufmerksame Bedienung und ausgewählte Rohstoffe. Es gibt feines Fleisch und frischen Fisch, alles aus der Gegend. Wenn

es Gallineta, ein Rotbarsch mit weißem Fleisch gibt, bestellen Sie ihn frittiert und essen Sie ihn stilgerecht mit der Hand!

## Das würdevolle Copo

Ein Klassiker der Provinz Cádiz. Ein großes Restaurant in jeder Hinsicht, wie die mit Erinnerungen bedeckten Wände zeigen. Das Angebot ist breit. Unbedingt auf die Empfehlungen des Tages achten, doch hier ein paar Tipps: Tortillitas de Camarones mit Algen, Foie aus Seeteufelleber, Thunfisch in Schmalz, Tatar aus rotem Thunfisch und Fisch „al Aceite de Oliva“. Selbstgebackenes Brot und Nachspeisen vom Feinsten ([elcopo.es](http://elcopo.es)).



Restaurant El Copo: ein Klassiker.

## LA LÍNEA DE LA CONCEPCIÓN



### LA LÍNEA: PERSÖNLICHE NOTE

La Líneas Gastronomie hat eine ganz persönliche Note mit besonderen Spezialitäten: El Africano zum Beispiel – ein Sandwich gegen den richtig schweren Hunger. Oder Japonesas, ein Gebäck mit Überraschungsfüllung, die Canapés (Belegte Brothappen) als originelle Tapa-Disziplin, getrocknete Volaos (fliegende Fische), frittiertes Gabeldorsch (Molla) ...



Der Mercado von La Línea

### Africanos zum Sonnenaufgang

Die **Bar Francis** ist zwar direkt in der Markthalle, hat aber einen Zugang in der Calle Aurora. Star des Hauses ist zum Frühstück ein deftiges Sandwich: der Africano. Belegt mit Schweinelendenfilets, Mayonnaise, gebratener Zwiebel und „Pócima“, eine köstliche Gewürzmischung. An den Wänden eine filmreife Hutsammlung. Wenn Sie die Geschichte des Africano interessiert, dann sind Sie hier mitten in seinem Ambiente.

### Markt mit eigenem Charakter

Der **Mercado de Abastos** von La Línea gehört zu den Veteranen seiner Spezies. Es steht eine Modernisierung an, doch sein Charme bleibt dabei drinnen wie draußen garantiert erhalten. Draußen gibt es zahlreiche Stände mit diversem Angebot – und viele Bars für ein köstliches Frühstück. Der Spaziergang lohnt sich!



Pastelería Okay

### Ein historisches Café

Nach dem Marktbesuch bietet sich eine Pause im **Café Modelo** in der Calle Real an. Es wurde Anfang des 20. Jahrhunderts gegründet und hat viel von seinem Charme aus dieser Epoche bewahrt. Es gibt süße Teilchen zum Kaffee und auf der Terrasse genießt man das Ambiente des Stadtzentrums.



Café Modelo

### Japanerinnen ohne Schlitzaugen

Japonesas sind ein typisches Gebäck aus La Línea. Und längst bekommt man die gefüllten Teilchen auch in den umliegenden Ortschaften. Der frittierte Teig ist mit einer Creme gefüllt. Besonders lecker serviert man die Spezialität auf der Terrasse der **Pastelería Okay** in der Calle Real oder auch in der **Pastelería Moka** in der Calle Río



Las Trébedes

Rosas. Hier gibts außerdem einen leckeren „Plumcake“. Dieses mit Trockenfrüchten gefüllte Gebäck, ist natürlich auf den britischen Einfluss in dieser Gegend zurückzuführen.

### Belegte Canapés

La Línea hat seine ureigene, sehr persönliche Tapa: Das Canapé. Ein kleines, belegtes Brötchen, doch ohne Oberseite. Nur die Unterseite besteht aus Brot. Man serviert sie in vielen Lokalen der Stadt, von denen wir aufgrund seiner ansprechenden Ästhetik und dem aufsehenerregenden Canapé-Sortiment nur eines hervorheben: Das **La Chimenea** in der Calle Moreno de Mora. Hier gibt es über 20 Sorten.

### Noch mehr Tipps fürs Zentrum

Außer den Canapés gibt es in La Líneas Innenstadt noch ein paar interessante Adressen von Bars, in denen anderes geboten wird. Die **Bar Finlandia** (Calle Castelar) kann man getrost historisch nennen, doch uns interessieren die interessanten Tapas,

darunter Krake (Pulpo), ein für die Stadt sehr typisches Gericht. Das **El Rincón de Juan** (Calle Méndez Núñez) ist auf Weine spezialisiert, doch was dazu gereicht wird, ist ausgesprochen lecker. Den Schinken beachten! Etwas abgelegener (Calle Calderón de La Barca) ein Lokal für Freunde kreativerer Tapas: Las Trébedes.

### La Atunara: Hoch lebe der Fisch!

**La Atunara** ist das Fischer Viertel. Hier am Fischerhafen gibt es zahlreiche Restaurants, in denen Fischgerichte ganz oben auf der Karte stehen. Besucht man die Stadt in der Zeit um August, zeigen sich uns

die Straßen möglicherweise eigentümlich verändert: Jetzt werden hier an den Fassaden Volaores getrocknet – fliegende Fische aus hiesigen Gewässern. Wenn sie getrocknet sind, kann man sie an Straßenständen kaufen. Das Angebot an Spezialitäten ist breit. Besonders eigentümlich ist die Molla,



El Rincón de Juan

sonst in der Gegend Brótola genannt. Dieser Gabeldorsch mit seinem weißen Fleisch wird in der Regel frittiert gegessen. Meisterhaft zubereitet bekommt man Molla im **Nuevo Hermanos Tomilleros** (Avenida Menéndez Pelayo). Und wenn man schon dabei ist, bestellt hier man gleich noch mehr leckere frittierte Fischsorten.



La Atunara

**SAN ROQUE**

**STADT DER KONTRASTE**

In der malerischen Altstadt herrschen in Bars mit langer Tradition ortstypische Spezialitäten vor, in den umliegenden, meist touristisch genutzten Siedlungen im Meeresnähe gibts ein innovativeres kulinarisches Angebot.

**Frühstück (fast) im Meer**

Das **Hotel Milla de Plata** ([hotelmilladeplata.com](http://hotelmilladeplata.com)) in Torreguadiaro blickt von einer Klippe über das Meer. Man kann dem Meer kaum näher sein, als auf der Terrasse seines Restaurants, dem **Mar Sana**. Hier kann man nicht nur gut essen, sondern in der angenehmen Brise vom Meer auch köstlich frühstücken. Kein schlechter Start in den Tag.

**Weine über Weine im Bodegas Collado**

Eines der herausragenden Weingeschäfte der Provinz. **Bodegas Collado** ([bodegascollado.com](http://bodegascollado.com)) bietet im Gebiet von Pueblo Nuevo ein

ausgesprochen umfassendes Sortiment an Weinen aus ganz Spanien. Führt zudem Gourmetprodukte

**Zauber der Altstadt**

Die Altstadt von San Roque ist für sich schon zauberhaft, und gastronomisch erst recht. Hier kommt man den ganzen Vormittag über auf seine Kosten. Bei einem Frühstück in der **Bar Torres**, in La Alameda zum Beispiel. Praktisch daneben kann man den letzten Frühstückshunger in einer Churrería stillen. Nach einem Spaziergang durch eher steile Gassen erwarten uns weiter interessante Stationen. Die kleine, mit Motiven der Karwochen-Bruderschaften

Cofrades dekorierte **Bar El Varal „Barti“** (Plaza de la Iglesia) zum Beispiel. Ein kulinarischer Segen sind hier die frittierten Auberginen, nur wenige Meter entfernt gelangen wir nun an der Plaza de Armas zum **El Revuelo**, betrieben von derselben Familie. In dem Gebäude aus dem 19.


*El Revuelo*

Jahrhundert erwartet uns ein klassisches Tapasortiment. An derselben Plaza liegt das **Don Benito**. Der Innenhof dieses Hauses aus dem 18. Jahrhundert ist eine wahre Perle. Hier bekommt man innovativste Tapas. Den Thunfisch auf Salmorejo unbedingt probieren! Ein gutes Lokal für den Abschluss der Tour ist die **Bar Deportivo** in der alle General Lacy. Einfache und typische Bar, in der beste Rohstoffe zu köstlichen Happen werden. Am besten man fragt nach dem Tagesangebot, denn hier kommt auf den Tisch, was der Markt gerade zu bieten hat.


*Das Mar Sana und sein herrlicher Blick*



La Quinta in Sotogrande

### Innovation in Torreguadiaro

In diesem Küstenort haben sich mehrere Lokale mit innovativer Küche niedergelassen. Im **La Verandah** (Urbanización Torre Guadiaro) bestellt man Gerichte, die man gemeinsam genießt. Auch auf die Ästhetik wird hier geachtet und es lohnt sich, etwas Appetit für die Nachspeisen vorzuhalten. Unweit liegt in der Avenida Mar del Sur das **Puratapa**, das sich mit ausgesprochen durchgestalteten Gerichten ebenfalls in aller Munde gebracht hat. Ebenfalls in der Avenida del Mar liegt mit dem **Inboca**, der Dritte in diesem Bunde der gastronomischen Innovation. Fusionsküche aus verschiedenen Kulturen, serviert in Form von Gerichten, die man für mehrere bestellt.

### Innovativer Touch auf Teos Terrasse

Im **La Terraza de Teo** in Guadiaro (laterrazadeteo.com) kann man de Tapeo oder am gedeckten Tisch essen. Für Küche mit innovativem Touch eine Referenz in der Gegend. Wer Fleisch

liebt, der ist an der Parrilla des Grillrestaurants **Quinta Restaurante** (laquintares-taurante.com) in Sotogrande richtig. Argentinisches Fleisch, aber auch Gerichte für Vegetarier.

### El Guadarnés – ein Klassiker

In der Bahnhofsortschaft Estación de San Roque kann man auch in kulinarischer Hinsicht Station machen. Führend in Sachen Qualität der Rohstoffe ist das kleine Restaurant **El Guadarnés** in der Avenida del Guadarranque. Mit Sorgfalt zubereitet. Spezialität des Hauses ist Fleisch vom Grill, doch auch der San Jacobo de Rape ist sehr beliebt: zwei panierte Seeteufelfilets mit einer Scheibe Schinken und eine Scheibe Käse dazwis-

chen. In derselben Avenida liegt das **Casa Barea**, ein Klassiker für Tapagänger. In einem Ambiente, das wie ein Ultramarinos-Geschäft



Casa Barea

anmutet, bekommt man Tapas an der Bar oder Gerichte im Speisesaal. Klassische Rezepte und Gerichte aus der Gegend. Dritter Trumpf



Empanada im Guardavías

im Trio der Avenida del Guadarranque ist das **El Guardavías**. Die Tapas sind nicht zu verachten, im Speisesaal serviert man Fleisch vom Grill.



Restaurant Guadarnés

## JIMENA DE LA FRONTERA



## DER GIPFEL DER GUTEN KÜCHE

Jimena ist nicht nur hinsichtlich der Originalität seiner Küche auf der Höhe. Das Dorf auf einer Hügelkette mit eindrucksvoller Burg bietet kulinarische Schätze wie die Chantarella: ein Pilz aus dem Naturpark Sierra de los Alcornoques. Dazu kommen Wild, Orangen aus San Martín del Tesorillo und eine geradezu museumsreife Süßspeise: der Piñonate de Jimena. Dieser farbenfrohe Happen macht Sie nach der Siesta wieder munter.



Chinela

## Himmliche Mantecas

Sie öffnet schon morgens um halb Sieben, die **Venta Las Acacias**, auch als **Chinela** bekannt. Das Lokal an der Landstraße zwischen Algeciras und Ronda auf Kilometer 14 in San Pablo de Buceite ist ideal zum frühstücken. Dazu kann man sein Brot mit den verschiedensten Arten von Manteca-Schmalz bestreichen, alle mit Fleischstückchen und hausgemacht. Stärkung pur.



Orangen aus San Martín del Tesorillo

Wenn das Wetter mitspielt, isst man sehr angenehm auf der Terrasse.

## Orangen und Piñonates

Berühmt sind die **Orangen** aus **San Martín del Tesorillo** und **San Pedro de Buceite**, beides eingemeindete Ortschaften von Jimena. Geerntet wird von Oktober bis Mai. Kaufen kann man die köstlichen Früchte in den

Kooperativen von **San Martín** (Calle Tufa) oder **Buceite** jeweils außerhalb der Ortschaften. Auch in den Obstgeschäften beider Orte wird man fündig. Ebenfalls auf die Einkaufs-

liste gehört Piñonate: knusprige Tafeln, belegt mit Trockenfrüchten. Man bekommt sie in der **Panadería**

**Ruiz Castilla** (Calle Señora de los Angeles).

## Chantarella: Schatz mit Schirm

Pilze sind Jimenas berühmteste Spezialität. Sie wachsen im angrenzenden Naturpark Los Alcornoques. Es gibt verschiedene Sorten, doch keine hat so viel Rum erlangt wie die **Chantarella**. Es gibt sie nicht das ganze Jahr hin-



Zutaten für Piñonate

durch, sie wächst in der Regel im Oktober. Zwei Adressen, wo man sie perfekt serviert: **El Ventorrillero**, an der Plaza de la Constitución (Besonders lecker auch die Kichererbsen mit Boletus-Pilz) und das **Restaurante Cuenca** (Avenida de los Deportes) mit Gerichten, in denen iberisches Schwein, Wild und Pilze kombiniert werden.

## Das charmante El Anón

Der Patio-Hof ist besonders hübsch. Zum Anwesen gehört auch ein kleines Hotel ([hostalanon.com](http://hostalanon.com)) und besonders zum Abendessen ist man hier richtig. Es gibt Pilze, doch auch Gerichte aus verschiedenen anderen Kulturen stehen auf der Karte, insbesondere solche mit arabischem Einfluss. Man kann de Tapeo oder im Restaurant am gedeckten Tisch essen.





## CASTELLAR DE LA FRONTERA



### MIT ALLEN SINNEN ESSEN

Castellar liegt auf halbem Weg zwischen dem Meer und den Bergen und vor allem letztere prägen seine Gastronomie mit Wildgerichten und Fleisch. Hier werden ohne viel Drumherum beste Rohstoffe zubereitet. Im Castillo de Castellar gibts zu jedem Gang als besondere Beilage den herrlichen Blick auf Landschaft und Geschichte. Hier essen alle Sinne mit.

#### Konditorei neuer Prägung

Sie heißt **Gastrokook** und ist eine Pastelería neuer Prägung. Die 2017 eröffnete Konditorei in der Avenida de las Adelfas stellt sorgfältig designtes Gebäck her. Das Angebot wechselt ständig. Geöffnet nur am Wochenende. Auch selbstgebackenes Brot gibts zu kaufen..



Venado de la Cantina

die originellen Bocadillos im Anfang des 20. Jahrhunderts gegründeten

#### La Cantina ein.

Das am meisten bestellte dieser belegten Brote ist das „Concejales“ mit Chorizo-Hartwurst, Setzei

und grüner Paprika. Das Lokal liegt an der Carretera de Almoraima. Im **La Jarandilla** an der Carretera zur Burg von Castellar bekommt man Spezialitäten der Gegend und Wild. Im **La Venta Santa Clara** (Carretera zwischen Castellar und Jimena) gibt es Fleisch vom iberischen Schwein. Das Lokal ist gut besucht und zur nachmittäglichen Merienda bekommt man hier sogenannte Tortas – eine Art Krapfen, der mit Honig angerichtet wird.

#### El Cortijo und El Mirador: zwei Lokale mit dem gewissen Etwas

Der Weg hinauf zum **Castillo de Castellar** lohnt sich unbedingt. Der Blick ist traumhaft und darüber hinaus bekommt man im Restaurant **El Cortijo** originelle und gepflegte Gerichte auf der Grundlage von biologisch-organischen Rohstoffen. Der kleine Speisesaal ist sehr gemütlich. Das **El Mirador** (Avenida de Las Adelfas) unten in Castellar ist ein gutes Tapalokal mit einem breiten Angebot. Hier wird es in der Regel voll.



Restaurant El Aljibe

#### Zauberhaft speisen im El Aljibe

Das **El Aljibe**, ist das **Restaurant des Hotels Castillo de Castellar**. Der Weg hierher führt durch das Gewirr enger Gassen des alten kleinen Dorfes hinter den Mauern der Burg. Das Angebot ist breit und richtet sich nach der Saison. Es gibt in der Regel Gerichte mit Wild aus der Gegend. Wildschwein und Rotwild beherrscht man hier besonders gut. Es werden traditionelle Gerichte gereicht, die man jedoch auch gemeinsam genießen kann.

#### Im Land der Ventas

Im Umland von Castellar gibt es zahlreiche Ventas. In der Regel haben diese an Landstraßen gelegenen Gasthöfe angenehme Terrassen und man kann hier gleichermaßen gut frühstücken, essen oder an der in der Regel dicht umlagerten Bar etwas zu sich nehmen, Zum Frühstück laden zum Beispiel

## ALCALÁ DE LOS GAZULES



### WILDES INLAND

La Jandas Küche im Landesinneren steht für wilden Spargel, Golddistel und weitere köstliche Wildpflanzen. Eine Gastronomie der Ursprünge. Gutes Brot „pa mojá“ (zum Stippen), Käse und Pökelfleisch. und auch die Landschaft an sich lohnt einen gemütlichen Aufenthalt hier in den Wäldern.

### Frühstück in Puerto Gáliz

Puerto Gáliz ein Gebirgspass in einigen Kilometern Entfernung von Alcalá. Hier erwartet uns das **Venta Puerto Gáliz** (Carretera Jerez–Cortes, Kilometer 65), das sich mit hervorragenden Wildgerichten einen Namen gemacht hat. Doch auch ein Spaziergang durch die Umgebung lohnt sich, und das Frühstück auf der Terrasse des Gasthofs erst recht. Rustikales Brot mit gehaltvoller Krume, darauf deftiges Schweineschmalz. Fragen Sie nach „Manteca colorá“.

### Köstliche Einkäufe

In Alcalá muss man einfach zum Einkaufen anhalten. Man kann im Gewerbegebiet La Palmosa außerhalb der Stadt den Anfang machen, direkt an der Autobahn nach Los Barrios. Hier erwartet uns die **Quesería El Gazul** die mit ihren Payoya-



*Käse der Käseerei El Gazul*

Ziegenkäsesorten schon einige internationale Preise gewonnen hat. Es gibt auch ökologische Sorten. Wenige Meter entfernt bietet das **Embutidos Gazules** seine Chacinas (Gepökelttes) zum Verkauf an. Man kann von kross gebratener Schwarte bis hin zu verschiedenen Schmalzsorten die verschiedensten Leckereien vom Schwein kaufen. Eine weitere lohnende Einkaufsadresse ist das **El Pueblo Cocina Tradicional**, wo Konserven mit traditionellen Gerichten wie Schweinefleisch in Tomatensoße hergestellt werden. Man bekommt diese

Konserven auch im Geschäft der **Quesería El Gazul**. Zu all diesen Spezialitäten passt bestens das rustikale Brot der **Panadería de Adriano Cuestain** der Calle Santa María de España. Auch die Molletes-Brötchen sind hervorragend.

### Von Venta zu Venta

Ventas sind für die Provinz Cádiz besonders charakteristische Gasthöfe, vor allem im Inland. Hier bekommt man meist direkt an den Landstraßen köstliche traditionelle Küche. In Alcalá gibt es mehrere, die zu Recht weithin bekannt sind. In der **Venta Patrite** (Carretera de Patrite) isst man gut und billig. Sie liegt tief im Hinterland und das beliebteste Gericht ist Refrito de Espárragos. Diese konzentrierte Spargelsuppe wird heiß serviert. Wenige Kilometer entfernt liegt die **Venta Caracena** (Carretera Patern–San José del Valle). Hier ist Chicharrones-Schweineschwarte besonders gefragt, und in der Saison auch die Golddistel (Tagarina). In der Stadt empfehlen wir das etwas formale **Restaurant El Campanero** (Avenida Puerto Levante) mit diversem Fleisch vom Grill.



*Traditionelle Küche im El Pueblo*



## BENALUP CASAS-VIEJAS



### DER RUF DER WILDNIS

Wer authentische Lokale mit dem gewissen Etwas sucht, wird in Benalup fündig. Venta-Gasthöfe mit ganz persönlicher Prägung, Wild, Frühstücks, mit denen man praktisch über den Tag kommt, Küche ohne Firlefanz. Und in jedem der urwüchsigen Gerichte steckt viel Geschichte.

#### Riesenfrühstück im Los Monteros

Das Lokal liegt auf Kilometer 6 an der Landstraße zwischen Medina und Benalup. Das Brot bäckt Wirtsfamilie Ruiz selbst. Und darauf serviert man hier die verführerischsten Köstlichkeiten von hervorragendem nativem Olivenöl bis hin zu deftig-feinem Schweineschmalz. Besonders gelobt wird Pringá de la Berza (ein Kichererbsengericht mit Fleisch und Gepökeltem), das man hier als aufs Brot streicht („pringar“).



La Venta de Los Monteros

#### El Casarón und Estudillo

Überall rund um Benalup kommt man an Ventas vorbei. Zwei Lokale wollen wir Ihnen besonders ans Herz legen. Erstens in der Las Lagunetas genannten Gegend die **Venta Enrique Estudillo**. Wie es die Tradition dieser Gasthäuser gebietet, die einst eine Mischung aus Lebensmittelgeschäft und Bar waren, werden hier Produkte und Erzeugnisse aus der Gegend verkauft. Wenn auf der Tageskarte ein Eintopf steht, ist das bestimmt eine gute Wahl. Auch Wildgerichte sind zu empfehlen. Im Los Badalejos an der Landstraße zwischen Medina und Benalup liegt das **El Casarón**: eine sehr besondere Mischung aus Venta und Restaurant. Das Lokal ist berühmt für seine Patatas Fritas, doch auch die Empfehlungen des Tages muss man im Auge behalten.

#### Reis mit Huhn im Venta El Soldao

Dieses Lokal ist eine echte Institution (elsoldao.com). Hoher Tresen, Geschäft mit Chacinas und Erzeugnissen aus der Gegend – ein anregendes Ambiente, um die eine oder andere Tapa zu genießen, bis uns ein Tisch zugewiesen wird. Am beliebtesten ist ein Reis, der hier schon seit über einem halben Jahrhundert serviert wird. Seither wurde auch nicht ein Mal die Marke des verwendeten Reises gewechselt. Es gibt ihn mit Wild, Rebhuhn, Kaninchen, Fasan oder Landhuhn. Serviert wird er im Sud und die Portionen sind üppig.



Die Terrasse des La Fábrica

#### La Fábrica: einfach etwas anders

Das Restaurant La Fábrica im Zentrum von Benalup war einst ein Umspannwerk. Es hat zwei Etagen. In der unteren gibts Tapas, in der oberen speist man im Restaurant. Die Küche bietet eine interessante Mischung verschiedener Kulturen auf der Grundlage guter Rohstoffe. Die Nachspeisen lohnen sich.

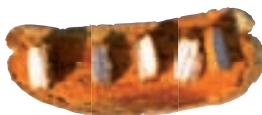
**MEDINA SIDONIA**

**BUNTES NASCHWERK**

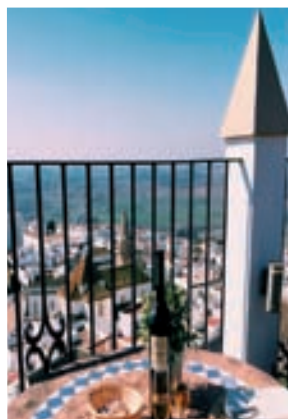
Alfores sind Pfefferkuchen, die in Medina als Geschenk stets in buntes Papier eingewickelt sind, das an den Enden mit Schleifen verziert sind. Qualität und Herkunft sind durch ein EU-Siegel geschützt. Und das mit gutem Grund. Ehe man sich jedoch solch eine Köstlichkeit zur Nachspeise gönnt, steuert man besser erst eine Venta an und genießt Gerichte wie Schweinelende in Schmalz, die Tagarminas esparragás (Stängel der Golddistel), Kaninchen und Landhuhn – und dazu unbedingt das hiesige Landbrot.

**Ausgiebigste Frühstücks**

Das Landbrot, hier als Pan Cateto bekannt, ist eine der Perlen der La-Janda-Gegend in der Provinz Cádiz. In Medina ist man in den Ventas rund um die Stadt bei der Dicke der Scheiben nicht geizig, wenns ums Frühstück



geht. In der **Venta Candela** vor den Toren von Medina an der Landstraße nach Chiclana sind die Brotscheiben besonders groß und perfekt getoastet. Und auf das Brot gehört hier Schmalz: Manteca Colorá. Auf der anderen Seite der Stadt liegt an der Landstraße mach Jerez die **Venta El Jilguero**. Frühstücksspezialität des Hauses ist hier Schweinelende in Schmalz. Wer beim Frühstück einen schönen Blick genießen will, der geht ins **Las Vistas de Medina** am Platz vor der Iglesia Mayor.


*Restaurant Las Vistas de Medina*
**Plaza de España: Markt und Tapas**

Der **Mercado de Abastos** von Medina wurde unlängst restauriert. Er hat nur wenige


*Chicharrones bei Paco Ortega*

Stände doch viel Charme. Direkt daneben liegen zwei interessante und traditionsreiche Tapalokale mit angenehmen Terrassen. Die **Bar Paco Ortega** bereitet immer samstags Chicharrones zu und dieses Spektakel für Augen, Nase und Gaumen sollte man nicht versäumen. An den übrigen sechs Tagen der Woche werden Gerichte der Gegend serviert. Ebenfalls an der Plaza de España erwartet


*Der Tresen der Bar Cádiz*

Sie die **Bar Cádiz** mit ihrem Tresen voller verführerischer Tapas. Darunter kulinarische Perlen wie die angemachte Kalbsleber oder die Wildge-



Die Auslage der Konditorei Las Trejas

richte. Gutes Weinsortiment, in dem Jerezweine und Weine aus Cádiz die Hauptrolle spielen.

### Las Trejas: Aller süßen Dinge sind drei

Las Trejas ist eine der ältesten Konditoreien der Provinz. Über 150 Jahre gibt es sie schon ([lastrejas.com](http://lastrejas.com)). Und für



drei ihrer süßen Sachen ist sie besonders berühmt.



Die Alfajores haben sogar eine von der Europäischen Union anerkannte Herkunftsbezeichnung:

Kleine Riegel aus Honig und Trockenfrüchten, überzogen mit Zuckerguss. Sie sind ansprechend in farbiges Papier eingewickelt. Zweiter im Bunde sind die Tortas Pardas: Biskuitkörbchen, gefüllt mit der Kürbiskonfitüre Cabello de Ángel. Und als Drittes die Amarguillos, eine Marzipanspezialität. Diese typischen Produkte einschließlich des Alfajor mit geschützter geo-

grafischer Angabe werden auch in der traditionsreichen Fabrik **Aromas de Medina** ([aromasdemedina.com](http://aromasdemedina.com)) hergestellt.

### Pilze und Wild im La Duquesa

Das Restaurant **Venta La Duquesa** ([ventaladuquesa.com](http://ventaladuquesa.com))



Köchin Miriam Rodríguez

steht für gepflegte Küche auf der Grundlage guter Rohstoffe. Zu gelungenen traditionellen Spezialitäten wie den Distelstängeln Tagarminas Esparragás hat Köchin **Miriam Rodríguez** inzwischen eine Reihe innovativer Gerichte gesellt. Beachtung verdienen ihre Gemüsegerichte mit Zutaten aus dem eigenen Garten,



Venta La Duquesa


*Gericht aus dem El Duque*

und in der Saison sind hier die Wild- und Pilzgerichte höchst interessant und vielfältig. Die Nachspeisen sind hier ein Muss! Gut bestückte Weinkarte und Tapatresen.

### El Duque: einst und jetzt

Der Koch **José Luis García** wurde an der Berufsschule für das Hotel- und Gaststättengewerbe in Cádiz ausgebildet. In seinem Restaurant behielt er einerseits die meisterlichen Gerichte seiner Mutter bei, und andererseits setzte er neues auf die Karte, darunter eine Rebhuhnpastete in Marinade und Ravioli

mit Stierschwanz und Käse aus den Sierras von Cádiz. Wild ist hier ebenfalls sehr zu empfehlen und äußerst gelungen sind die frittierten Calamares. Zu den außerordentlich guten Nachspeisen gehören gelungene Interpretationen der Klassiker Medinas. Inzwischen gibt es auch eine Sommerterrasse. Das Lokal liegt in der Avenida del Mar.

### Schmackhafter Reis im El Castillo

Zum Restaurant **El Castillo** (hotelrestauranteelcastillo.com) führt ein angenehmer

Spaziergang durch den höchstgelegenen Teil der Stadt. Serviert werden mehrere interessante Spezialitäten. Allen voran die Reisgerichte mit Wild, wobei der Fasan besondere Anerkennung verdient. Auch das Fleischsortiment beeindruckt. Zubereitet wird es auf dem Grill. Die Portionen sind üppig und damit hat sich das Lokal viele Freunde gemacht. Auch die Nachspeisen sind zu empfehlen.


*Venta La Cabrera*

### Venta La Cabrera: die Soße macht's

Die **Venta La Cabrera** liegt an der Landstraße von Medina nach Benalup. Eine echte Landstraßengaststätte, die man ruhig ansteuern sollte: Die traditionellen Gerichte der Gegend sind hier ausgesprochen gut. Das Landhuhn in Soße und die Wildgerichte wie Wildschwein oder Rotwild sind ebenfalls zu empfehlen. Für Freunde guter Pommes kommen hier bei den Papas Fritas auf ihre Kosten.


*Restaurant El Castillo, Medina*

## PATERNA DE RIVERA



### GESCHICHTEN MIT KANINCHEN

Ein kleiner Ort, doch gastronomisch gibt es hier einiges zu entdecken. Im Mittelpunkt steht hier Wildkaninchen und die Marke Sabores de Patern trägt hochwertige Chacinas und Chicharrones zur lokalen Speisekarte bei.

#### Frühstück im El Cantarero

Die große Venta **El Cantarero** liegt an der Ortsausfahrt Paternas Richtung Alcalá de los Gazules am Beginn einer herrlichen Landstraße. Wenn es das Wetter zulässt, kann man auf der angenehmen Terrasse zum Frühstück auf üppigen Landbrotstücken die verschiedenen Schmalzsorten verkosten. Zum Mittagessen Wildgerichte wie Wildschwein, Rotwild oder Rebhuhn.

#### Die Chicharrones von Sabores de Patern

Chicharrones sind in Patern feine Scheiben gekochten Schweinespecks. Mit dem Markenzeichen **La Cala de Albert Adriá** werden sie nach ganz Europa exportiert. Hergestellt werden sie in der Calle Cristobal Barroso mitten im Ort. Man kann sie direkt in der Fabrik kaufen und bei der Gelegenheit auch den Spickbraten Carne Mechá probieren. Unlängst wurde ein Konservensortiment herausgebracht.



El Cantarero

#### Gepflegte Küche im Casa Paco

Das rustikale Restaurant **Casa Paco** in der Avenida de Blas Infante überzeugt mit seiner gepflegten Küche. Man kann hier an der Bar Tapas essen oder im Speisesaal Platz nehmen. Empfehlenswert ist die „Premium“-Version der Tagarninas: Hier bereitet man die Golddistelstängel mit Rührei zu. Auch Wild steht in der Regel auf der Karte und es gibt einen Abschnitt mit Empfehlungen und Saisonprodukten.



Venta El Perro in Patern

#### Wildkaninchen

Paternas Spezialität schlechthin. Hier kommen keine Zuchtkaninchen auf den Tisch, sondern von Jägern in der Gegend erlegte Tiere. Und das schmeckt man. Mit ihrer Art der Zubereitung haben sich die Bars der Stadt einen Namen gemacht. Zwei Lokale sind besonders bekannt. **El Perro de Patern** an der Plaza de La Constitución serviert das Conejo mit Reis. Unweit in der Calle Alcalá serviert man das Wildkaninchen im **Casa Rufino** geschmort mit einer einfachen Soße.



**JEREZ DE LA FRONTERA**

**DIE GANZ PERSÖNLICHE STADT**

Hier ist alles anders. Jedes Lokal hat ein gewisses Etwas, ist anders. Was auch für die Weine und Brandys oder den Essig der Stadt gilt. Kein Aroma gleicht dem anderen. In Jerez ist der Geruchssinn stets gefördert und man darf sich auf unvergleichliche kulinarische Momente gefasst machen. Alle Lokale, selbst die modernsten, haben Solera: Reife, Tradition. Das hat die Gegend in sich.

**Zum Frühstück Pringá oder Cruasán**

Wer frühstückt schon gern immer dasselbe! In Jerez ist die Vielfalt groß. Ein typisches Frühstück im **Volapié** am Paseo de Las Delicias nimmt man stielecht im Stehen am geschichtsträchtigen Tresen zu sich. Hier bestellt man ein Bocadillo de Pringá: ein Baguette-Sandwich, bestrichen mit einer Mischung aus Fleisch und Chacinas mit gekochten


*El Volapié und sein Sandwich „de pringá“*

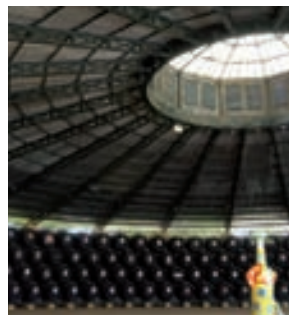
*Frühstück im Coso*

Hülsenfrüchten. Wird heiß serviert. Europäischer fällt das Frühstück im **Coso** in der Avenida Descartes in der Neustadt aus. Im alternativen Ambiente dieser Cafetería gibts Cruasanes, wie man das Hörnchen französischen Ursprungs hier schreibt, und Vollkornbrote.

**Ab auf den Markt**

Der **Mercado de Abastos** von Jerez ist ein architektonisches Juwel, besonders der Bereich mit den Fischständen.

Ein Pflichtbesuch. In den umliegenden Kisoskos kann man sich vorher mit Churros stärken. Zwei Adressen für den Appetit nach dem Marktbesuch: In der Calle Santa María erwarten uns nur wenige Meter entfernt das über hundert Jahre alte **Tabanco El Pasaje** zu einem Glas Wein im Flamenco-Ambiente und die **Bar La Manzanilla**, wo man am dicht umringten Tresen zu kühlem Vino Fino Tortilla-Tapas verspeist.


*Bodega Gonzalez Byass*
**González Byass – eine Stadt der Weine**

Die Kellereianlagen erstrecken sich über stolze 4,5 Hektar. Die Firma bietet ein umfassendes Besuchsprogramm, das auch Essen und Weinverkostungen umfasst. Auf dem Gelände liegen wunderschöne Gärten, einzigartige Bauwerke, die eindrucksvollen Lagerhallen voller Weinfässer und historisch interessante Details. Rundum interessant.

**Weitere interessante Bodegabesuche**

Die Weine sind einer der Schätze der Stadt. Im Gebäude des **Kontrollrats** der





Bodega González Byass

Weinregion in der Avenida Domencq erläutert ein interaktiver Bereich sehr gut die verschiedenen Weinsorten, doch am besten man schaut sich das Ganze „live“ an. Zwei namhafte Marken sind **El Maestro Sierra** an der Plaza de Silos und **Emilio Hidalgo** in der Calle Clavel. **Williams Humbert** (visitasabodegas.com) bietet sogar eine Reitschau in seiner Anlage.

### Hier kauft man Wein

Wer als Andenken eine gute Sammlung von Jerezweinen mitnehmen möchte, dem stehen einige Geschäfte zur Auswahl, in denen man sich auskennt und Sie gut berät. **Licores Corredera** in der Calle Corredera mitten im Zentrum hat die größte Auswahl. Neben der Real Escuela de Arte Ecuestre ist das **La Casa del Jerez** zu empfehlen. Wer die Jerezweine rundum samt Ambiente

genießen will, der gehört in den Tabanco **El Guitarrón** in der Calle Bizcocheros. Hier werden die Weine teilweise direkt aus dem Fass ausgeschenkt.

### Eine Tapa in der Calle Consistorio

Das Zentrum von Jerez ist voller guter Lokale für den Tapeo oder ein gepflegtes Essen. Besonders die Calle Consistorio ist hervorzuhe-

ben. Im **La Cruz Blanca** wird einfallsreiche Küche geboten, ständig stehen neue Spezialitäten mit Saisonprodukten auf der Karte. Nicht weit entfernt bietet das weitläufige **Albore** ein breites und vielfältiges Sortiment an Tapas und Gerichten zum gemeinsam genießen. In beiden Lokalen



Albore

ist die Küche durchgehend geöffnet. An einer Biegung der Straße liegt das auf Fleisch spezialisierte **Mesón del Asador**. Und wo wir schon hier sind, darf es ruhig auch ein Eis aus der **Heladería Soler** sein.



La Cruz blanca


*Schokolade im La Rosa de Oro*

### La Rosa de Oro und seine Pralinen mit Jerezweinen

**La Rosa de Oro** ist eine Konditorei mit fast hundertjähriger Tradition. In der Calle Consistorio gibt es ein Geschäft mit Cafetería und im Sommer wird auch selbstgemachtes Eis angeboten. Eins der eigentümlichsten Produkte sind die Bomvinos: mit Wein gefüllte Schokopralinen. Im Sommer sind sie wegen der hohen Temperaturen nicht im Sortiment.

### La Pescadería Vieja

**La Pescadería Vieja** ist ein Platz im Stadtzentrum von Jerez, der wie ein großer Hof anmutet. Hier gibt es zwei empfehlenswerte Lokale. Die **Bar Juanito**

war eines der ersten Lokale in Spanien, in dem man ausschließlich Tapas essen konnte. Der Klassiker bietet bis heute sehr gelungene Tapas wie die Papas Aliñas, Revuelto mit Papas und Ei oder die Artischocken.


*Tabanco San Pablo*

Daneben bekommt man im **Restaurante El Bichero** Fisch und Meeresfrüchte aus dem nahegelegenen Sanlúcar. Die Ensaladilla und frischer Fisch aus dem Ofen, mit nur ein paar Tropfen Olivenöl beträufelt, sind wahre Genüsse. Auf dem Platz speist es sich obendrein sehr angenehm.

### Zwei Adressen für Meeresfrüchte

Zwar hat Jerez keinen Hafen, doch es gibt dennoch zwei Lokale, die sich mit der Qualität und Vielfalt ihrer Meeresfrüchte und Fischgerichte hervortun. Zum einen in der Calle San Miguel mitten im Zentrum das **La Marea de Marcos**. Hier lässt man sich am besten von Eigentümer Marcos González beraten, doch als Vorspeisen sind Bocas und Ensaladilla ein Muss. Und was das Hauptgericht angeht: Hören Sie auf den Wirt! Zum anderen ist in einem Vorortviertel in der Calle Guita die **Bar Arturo** zu empfehlen. Sie ist in der ganzen Stadt für die Qualität von Fisch und


*Frittierter Fisch im Arturo*

Meeresfrüchten bekannt, die hier einfach gekocht, auf dem Planchablech oder frittiert zubereitet werden. Zum Auftakt unbedingt die angemachten Tomaten bestellen. Danach Gambas und frittierten Fisch. Hier ist alles gut. Und in der Regel ist es voll.

### Tabancos: die Tavernen von Jerez

JSogar bei den Tabernas hat Jerez seinen eigenen Stil. Tabancos sind kleine Bodegas, in denen man früher den Wein aus Schläuchen, den


*Bar Juanito*



Tabanco El Pasaje

Botas verkaufte. Die Arbeiter aus der Umgebung tranken hier früher auf dem Weg nach Hause ein Gläschen. Ihre Renaissance haben die Tabancos als Lokale mit gutem Jerez und dazu einer Reihe Tapas erlebt. Zwei aus der guten alten Zeit sind der reizvolle **Tabanco San Pablo** in der Straße



Tabanco Plateros

gleichen Namens und in der Calle Mariñiguez der **Tabanco Mariñiguez**, wo man ganz wie zuhause ist. Die Krokettens sind wirklich gut. Moderneren Zuschnitts ist der **Tabanco Plateros** in der Calle Córdoba. Dieses Lokal war der Auslöser der Renaissance dieser Art von Weingeschäften. Weine aus Jerez, Vermouth, Lagerbier und Tapas – alles ist hier sehr gepflegt. Einen Besuch ist auch die **Taberna Atuvera** in

der Calle Ramón Cala am Denkmal für Lola Flores wert. Hier gibts gepflegte, innovative Tapas und die Dekoration ist wirklich originell.

### Süßer Merienda-Genuss

„Merendar“ ist wohl eine der schönsten Wortschöpfungen überhaupt, und noch schöner ist es, das Wort zu praktizieren. In Jerez ist die Merienda die Stunde zweier typischer Süßspeisen. Eine von ihnen den Himmelspeck Tocino de Cielo, bekommt man längst in ganz Spanien. In der **Pastelería Jesús**, in der Calle Bizcocheros werden sie am Rand verziert. Ein weiteres süßes Juwel von Jerez ist der Pocito. Der Name rührt daher, dass er wie ein



Der berühmte Pocito

Brunnen oder Pozo aussieht. Es handelt sich um einen mit Creme gefüllten und mit Zimt gewürzten Gebäckzylinder. Pocitos gibts zum Beispiel in der **Pastelería La Esperanza** (Calle Córdoba) oder in der **Pastelería El Portal** (Plaza Madre de Dios). In beiden Konditoreien sind auch die Blätterteig-Milhojas mit Namen Milicianos ein Genuss.

### Das goldene Viertel

Der Bereich zwischen dem Paseo de La Rosaleda und der Plaza del Caballo ist die moderne Seite von Jerez. Eine ganze Reihe von Bars machen das Viertel ideal für eine Tapa-Tour. Den Auftakt machen eine Ensaladilla im **Las Bidas** und es geht weiter mit Fideos im **La Espartería**, einem San Jacobo im **La Tasca**, Rabo de Toro im **Val de Pepe** und Meeresfrüchten im **La Rosaleda**.

### Mostos und Ajo Caliente

Mostos sind eine weitere Art von für die Stadt charakteristischen Lokalen. Ihr Name leitet sich vom



La Tasca

jungen Wein ab, dessen alkoholische Gärung gerade erste eingesetzt hat und der ausgeschenkt wird, sobald gegen Anfang November das kältere Wetter kommt. Knapp drei Wochen nach der Weinlese also. Mostos sind große, ungezwungene Lokale in den Außenbezirken der Stadt. Der trübe neue Wein wird in Krügen serviert und dazu isst man traditionelle Gerichte. Das bekannteste ist Ajo Caliente: heißer Knoblauch, eine Art heißer Gazpacho, und zu dieser Knoblauch-Tomatensuppe isst man Radieschen. Zwei interessante Adressen in diesem Bereich sind das **Mosto Domi** an der Carretera de Trebujena und das **El de Tejero** an der Carretera de El Calvario.

### Zwei Sitios gegenüber der Königlichen Reitschule

Wenn Sie die Real Escuela de Arte Ecuestre besuchen, erwarten Sie direkt gegenüber zwei lohnende Lokale. Das erste gehört zu



*Innovative Küche im Albalá*

den Vorreitern der innovativen Küche in Jerez: das **Albalá** In der Calle Divina Pastora. Die Karte wechselt ständig, so dass wir uns mit



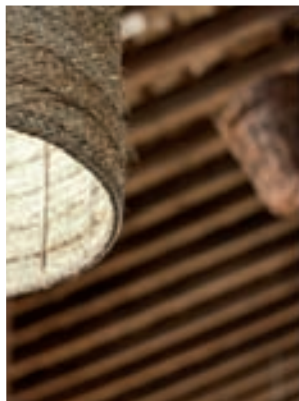
*Plato de La Carboná*

Tipps schwer tun. Doch gut ist hier alles. Wenige Meter entfernt liegt das **Quince Arrobas** mit seiner auf das iberische Schwein

fokussierten Küche. Auch eine interessante Ensaladilla mit Cerdo Ibérico ist im Angebot. Quince Arrobas hat auch Geschäfte, in denen man guten iberischen Schinken und luftgetrocknete Lende bekommt, was man jeweils auch vor Ort als Tapa genießen kann.

### An den gedeckten Tisch ...

Wer setzt sich nicht gerne zu einem gepflegten Mittag- oder Abendessen an einen gut gedeckten Tisch? Wir empfehlen zwei entsprechende Lokale. Im **La Carboná** (lacarbona.com) speisen Sie in der Lagerhalle einer ehemaligen Bodega. Die Jerezweine sind der große Protagonist in diesem Restaurant. Sie stecken in jedem Gericht und auch die Auswahl auf der Weinkarte ist eindrucksvoll. Durch die einfallsreiche Küche von Javier Muñoz kostet man sich am besten mit dem Probiermenü, dazu gibts Weine aus der Gegend. In der Avenida Caballero Bonald empfehlen



*Gericht im La Carboná*



Rancho Cortesano

wir das **Hermanos Carrasco**. Spezialität dieser Brüder ist Fleisch vom Grill und auch die kreative Küche beherrschen die beiden. Es gibt auch eine Tapabar.

### Zwei sehr empfehlenswerte Ventas

Vor den Toren der Stadt gibt es viele Ventas, wie man in der Region die Gasthäuser an den Landstraßen nennt. Wir steuern zwei von ihnen an. Die erste liegt im Vorort La Corta und heißt **Venta el Albero**. Das Lokal hat wie die meisten seiner Art einen eigenen Parkplatz. Geboten wird traditionelle Küche. Genießen Sie den Menudo (Kichererbseneintopf mit Kutteln), die Carrillada (ein Schweinebacken-Gulasch) und die Kroketten. Zum Nachttisch: Tocino de Cielo. An der Carretera de Cortes liegt auf der Höhe der Abzweigung nach Cuartillos die **Venta Gabriel**. Gute Auswahl von Kalbfleischgerichten. Als Vorspeise etwas Schweinelende in Schmalz oder Papas Aliñás.

### Die Welt des Honigs

Die Finca **Rancho Cortesano** ([ranchocortesano.net](http://ranchocortesano.net)) widmet sich der Erzeugung von Honig. Rund um die Bienenstöcke wird biologische Landwirtschaft betrieben. Es gibt ein Honigmuseum mit Aktivitäten für Kinder und ein ökologisches Restaurant Ganzjährig geöffnet. Morgens kann man hier praktisch auf dem Land frühstücken



El Capricho de Esteban



Restaurant Don Pepe

und an den Wochenende ist das auf ökologische Produkte spezialisierte Restaurant geöffnet. Im Geschäft wird eine breites Honigsortiment und von Produkten angeboten, die mit Honig zusammenhängen.

### El Capricho und sein Rabo de Toro

An der Landstraße ach Arcos liegen schon vor den Toren der Stadt zwei gastronomische Schätze von Jerez. Zuerst kommen wir am direkt an der Straße liegenden **Restaurante Don Pepe**

vorbei. Hier wird eine köstliche Version eines klassischen Gerichts

der Stadt serviert: Rabo de Toro, geschmorter Stierschwanz. Wir in der Bratensoße serviert, dazu gibts die ideale Beilage: Papas Fritas. Pommes Frites gehören auch fest zum Gericht El Capricho, das man in der **Venta Esteban** (restauranteventaesteban.es) serviert. Das Gericht ist fast schon ein Klassiker von Jerez: zwei Setzeier mit Papas, fein geschnittener, frittierter Zwiebel und einer „Decke“ aus Schinken obendrauf. In beiden Lokalen kann man zwanglos an der Bar oder am gedeckten Tisch essen.

## CHIPIONA



### DIE SONNE DER MUSKATELLER

Moscatel de Pasas ist ein für Chipiona besonders charakteristischer Wein. Es ist der Wein der Sonne. Denn ihr setzt man die Trauben hier so lange aus, bis sie überreif werden. Beim Essen in Chipiona hat man immer einen Platz an der Sonne. Und der Muskateller ist unser Begleiter. Fisch und Meeresfrüchte werden hier hervorragend frittiert, halbschattige Tabernas kontrastieren mit dem gleißenden Licht. Auch interessante Süßspeisen erwarten uns hier.

### Churritos zum Auftakt

Hier gibt man diesem Spritzgebäck die Form einer Schleife. Kann man auch ganz formlos im Gehen essen. Etwa beim Schlendern durch die Markthalle gleich neben der Churrería. Und man kann sie guten Gewissens auch in einer Bar in der Nachbarschaft verspeisen. Eine gute Adresse für den Start in den Tag ist die **Churrería Los Arcos**.

### Marktbesuch und die Tapita danach

Der **Mercado de Abastos** von Chipiona ist groß und hat viel zu bieten. Fisch und Meeresfrüchte sind hier vom Feinsten. Es gibt Garnelen, Küstenfisch und auch hervorragendes Obst. Auch Bodegas haben hier Stände, an denen man Wein kaufen kann. Für die Tapita nach dem Marktbesuch bietet sich direkt neben dem Markt

die **Bar Aurora** in der Calle Miguel de Cervantes an. Die Liste der Köstlichkeiten wird je nach Marktangebot täglich neu geschrieben. Wenn es frittierte Corvina (Adlerfisch) mit Alioli-Soße gibt, dann dürfen Sie sich schon mal freuen.

### Das Muskatellermuseum

An der **Cooperativa Católico Agrícola** ist sogar der Name

hübsch. In der Avenida de Regla führt diese Kooperative das **Museo del Moscatel**, wo man sich komplett über diesen Dessertwein informieren kann. Es liegt nah am Zentrum und die Besuchs-



Museo del Moscatel

zeiten sind je nach Saison unterschiedlich. Im zugehörigen Geschäft kann man die Weine der Kooperative kaufen und in der angrenzenden Bar können wir sie zu einem Happen auch verkosten.

### Tabernas, die dem Wein huldigen

In Chipiona gibt es mehrere Tabernas, die sich ganz



Bar Franchi



Bodega César Florido

dem Wein verschrieben haben und die einen Besuch lohnen. Beim Strand in der Calle del Castillo etwa ist die **Bodega El Castillito** mit dieser Aura eines Lokals aus vergangenen Zeiten. Zum Wein gibt es kalte Tapas. Nicht weit hat in der Calle Padre Lerchundi



El Castillito

die **Bodega César Florido** ihre Ausschank. Der Moscatel de Pasas dieser Kellerei hat zahlreiche Preise gewonnen. Man kann die Weine glasweise

probieren und es gibt Flaschen zum Mitnehmen. Außerhalb der Stadt liegt die **Bodega de José Mellado** und an der Carretera de Rota hat die Kellerei ihren Ausschank. Es hat schon seinen Reiz, auf dem Weg zur Taverne an den Fässern vorbeizukommen, in denen die Weine ausgebaut werden. In der Calle Padre Lerchundi finden wir ein weiteres Lokal mit **Taberna-Ambiente: die Gastrotasca Sin Bulli.**

### Jede Menge Schinken

**La Cabaña del Jamón** ist ein Geschäft voller kulinarischer Köstlichkeiten in der Avenida de la Constitución. Geschäftsführer Pedro Mora ist preisgekrönter Schinkenschneider und in seinem Geschäft ist stets eine Reihe von Schinken zum Verkauf angeschnitten. Mit dem Schinkenmesser und von Hand natürlich. Dazu kommen Konserven, Chacinas und Weine.

### Die Tapastraße schlechthin: Calle Isaac Peral

Die Calle Isaac Peral durchquert halb Chipiona und endet am Strand. Beste Voraussetzungen also als Standort für jede Menge von Bars. Wir heben einige Stationen hervor. In der **Marisquería de Juan Serrano** liegt man mit etwas frittiertem Fisch oder mit Meeresfrüchten zum Auftakt richtig. In der **Bar Franchi** gibts leckere Langostinos (Garnelen) aus Chipiona. Sie sind praktisch identisch mit denen aus San-



Marisquería de Juan Serrano


*La Pañoleta*

lúcar. Praktisch am Ende der Straße bietet das **El Volapié** ungewöhnliche Tapas. Stets bestens besucht. Originell die Pastete mit Wachsrose (Ortiguilla, eine Anemone) und Garnelen. Direkt daneben ein Klassiker: das **La Pañoleta**. Der frittierte Cazón (Hundshai) ist außergewöhnlich gut, genauso wie der Rochen in Tomate. Das **La Ola**, direkt gegenüber bietet ein hervorragendes Preis-Leistungs-Verhältnis. Bestellen Sie doch die gemischte Fischplatte, dann probieren Sie alles.


*Las Canteras*

### Die Playa de Las Tres Piedras

Ein außergewöhnlich schöner Strand, auch wenn


*Restaurante Chinini*

er etwas eng ist. Im Sommer kann man an zahlreichen Chiringuitos Durst und Hunger stillen. Das ganze Jahr über ist das **Restaurante Chinini** ([chininibeaches.com](http://chininibeaches.com)) geöffnet. Meerblick inklusive. Die Speisekarte bietet eine große Vielfalt und man kann hier am Nachmittag ein Gläschen trinken, am Tresen Tapas essen oder am gedeckten Tisch essen. Für jeden Geschmack ist etwas dabei:

Das Angebot reicht von Fisch bis hin zu italienischen Spezialitäten, denn betrieben wird das Lokal von dem italienischen **Restaurant San Juan** in Jerez

### Zwei Adressen für exquisite Rohstoffe

Restaurantes de Producto nennt man solche Lokale, in denen die in jeder Saison vor Ort typischen Rohstoffe die Speisekarte vorgeben. Und deshalb sind sie in jeder Stadt anders und einen Besuch wert. In der **Venta Aurelio** in der Vorstadt Montijo bereitet man die den jeweils auf dem Markt verfügbaren Fisch mit sicherer Hand zu. Den Kichererbseintopf Berza mit viel

Gemüse und verschiedenen Fleischsorten bereitet man hier meisterhaft zu. Im **Casa Juan** in der Avenida de Andalucía bekommt man Tapas auf der Grundlage hochwertiger Saisonprodukte. Die Gambas al Ajillo etwa oder den köstlichen frittierten Fisch.

### Tapas mit Aussicht

Im Bereich der Stadtstrände von Chipiona gibt es ebenfalls interessante Sitios. Zwei





Casa Paco

Bars direkt auf den Klippen etwa, wo man guten Fisch bekommt. **Los Corrales** und **Las Canteras** heißen sie und sie liegen nah beieinander.

Beide bieten frische Rohstoffe und eine einfache aber sorgfältige Zubereitung. In der Avenida de Sevilla empfehlen wir die **Bar El Faro de Chipiona** wegen seiner gepflegten Tapas und der angenehmen Terrasse.

### Die Merienda

Merendar ist ein Verb. Und wenn Sie es korrekt deklinieren möchten, dann ist Chipiona der richtige Ort. Eis zum Beispiel kann man



merendieren. Im **Margarita La Fresca** zum Beispiel, einem Lokal mit Hauptsitz im benachbarten Rota und Filiale in der Calle Isaac Peral. Das Eis ist selbstgemacht und zwar mit frischem Obst. In der **Heladería El Valenciano** gibts unter anderem ein Eis mit Moscatel de Pasas aus Chipiona. Das Lokal ist in der Avenida de Regla. Im Zentrum lohnt die Konditorei **Joselito el Chato** in der Calle Ladislao Carrascosa einen Besuch. Auch eine Cafetería gehört dazu. Spezialität des Hauses sind die Chachipos: ein „besoffener“ Biskuit (in Likör oder Wein getränkt)

mit getoasteter Yema (Eigelb und Zucker).

### Abendessen am Sporthafen

Am Sporthafen von Chipiona gibt es zwei Restaurants, die man probieren sollte. Ein Abendessen an den Anlegern kann hier ausgesprochen angenehm sein. Im



Venta Aurelio

**Casa Ricardo** gelingen die frittierten Fladen aus kleinen Garnelen, die Tortillitas de Camarones besonders gut. Daneben serviert man im **Casa Paco** hervorragende Garnelen (Langostinos). Beide Lokale haben auch eine Tapabar für ungezwungenes Genießen.



Casa Ricardo

**ROTA**

**VERMISCHUNG DER KULTUREN**

Rota ist ein Schnittpunkt der Kulturen und das kommt auch in der Gastronomie zum Ausdruck. Lokale Erzeugnisse, Meer und Gemüsegarten, und auch Einflüsse der bedeutenden Kolonie südamerikanischer Einwanderer der Stadt lassen sich herauschmecken. Die Fusion hat eine interessante Gastronomie hervorgebracht.

**Markt am Meer**

Vom Haupteingang des **Mercado de la Merced** in der Calle de Las Almenas aus sieht man den Strand und den Fischereihafen. Im lichtdurchfluteten Patio-Innenhof breitet sich vor unseren Augen aus, was Meer und Felder an Köstlichkeiten hervorbringen. Es gibt auch ein paar Stände, an denen man zu kalten Tapas Weine aus der Gegend bekommt – oder Vermouth. In dem Gebäude ist auch die **Bar La Merced** untergebracht, die sich zum Frühstück anbietet. Zum Fischstand der **Cooperativa**, am Zugang zum Fischerbootanleger ist es von hier nicht weit. Dort verkauft die Kooperative die verschiedensten Fischarten aus frischem Fang. Wenn es Pardillejas (kleine Corvinas oder Adlerfische), greifen Sie zu! Neben dem Verkaufstand gibt es auch eine

Bar, in denen man Ihnen frittierten Fisch und frische Meeresfrüchte serviert oder zum Mitnehmen zubereitet.

**Käse bei El Bucarito**

Ein Hof vor den Toren der Stadt erzeugt den **Käse El Bucarito** (elbucarito.com). Bei geführten Besuchen können Sie sehen wie die Ziegen hier

weiden und wie die iberischen Schweine leben, die hier gezüchtet werden. Hier erzeugt man nicht nur den



*Tintilla de Rota in den Bodegas El Gato*

typischen lokalen Käse, auch ziemlich gelungene Nachbildungen internationaler Käsesorten wie Blauschimmelkäse oder Gouda werden produziert. Im Geschäft neben der Fabrik gibts alles auch zum Kaufen.

**Tintilla aus Rota**

Tintilla ist eine sehr charakteristische Rebsorte, die in Rota angebaut wird.



*Käse bei El Bucarito*



Das Eissortiment von Margarita La Fresca

Sie war schon fast von der Bildfläche verschwunden, doch dank der Arbeit von Kellereien wie der **Bodega El Gato** hat sich der Bestand erholt und ist gegenwärtig konsolidiert. Zwar werde aus dieser Traube auch Rote ge-



Gericht im Capicúa

keltert, doch charakteristisch ist ein Dessertwein, den man in dieser kleinen Bodega kaufen kann. Es gehört auch eine Taberna in der Calle María Auxiliadora dazu, wo man diesen Wein zu Tapas probieren kann. Auch ein Essig auf der Grundlage dieser Traube ist im Angebot.

### Tapeo im Zentrum

In Sachen Tapas wird im Zentrum von Rota viel geboten. Besonders in der Calle Mina, an der Plaza de Las Canteras, der Plaza Jesús Nazareno und in der Calle Higuera. Hier wird Tapeo auf höchstem Niveau geboten. Lassen Sie uns einige Sitios ausprobieren... Das **Capicúa** wurde unlängst an der Plaza de las Canteras eröffnet. Die Küche ist spielerisch und bietet eine interessante kulturelle Mischung. Die **Bodeguita Romero** bietet die Köstlichkeiten der für die Provinz typischen Freidores, in denen man frisch frittierten Fisch genießt. Das **Utopía** bietet im selben Viertel innovative Tapas, während klassischer

Veranlagte in der **Cervecería Plaza Nueva** auf ihre Kosten kommen.

### „Dulcear“ in Rota: Süßem auf der Spur

In Rota gibt es mehrere lohnende Konditoreien. Überzeugen Sie sich selbst mit Blick auf die Auslage. Notieren Sie sich als überzeugter Nascher die folgenden Adressen: **La Rosa** (Calle Zorrilla), die **Panificadora San Antonio** (Avenida de la Libertad) und die **Pastelería Torremolinos** in der Calle Pérez de Bedoya.

### ... wie wärs mit einem Eis?

**Margarita La Fresca** ist ein gewagter Name. Denn „Fresca“ steht gleichermaßen für kühl und frisch. Mit der Qualität ihrer auf Obst und Früchten basierenden Sorten hat die frche Margarita ihre Eisdielen in der Calle Higuera in nur zwei Jahren zu einem Renner gemacht. Man bekommt Sorbet aus Wassermelone, Pfirsich und Maracuja, und auch Sorten für Leute mit Unverträglichkeiten und Allergien sind im Angebot.



Utopía

### Kaisergranat für Kenner

In einer kleinen Gasse im Zentrum unweit der Plaza de las Canteras liegt die **Bar La Parada**. Es gibt hier nur einen kleinen Tresen und einige wenige Stehtische auf der Straße. Trotzdem ist es in der Regel voll. Spezialität sind Cigalas: Kaisergranat, der hier auf den Punkt zubereitet wird. Auch die Tafel mit den Empfehlungen des Tages sollte man beachten, denn in der Lonja gibt es immer leckere Sachen.

### Elegante Küche im Badulaque

Das **Badulaque** liegt an der Plaza Jesús Nazareno. Aus dem Speisesaal hat man einen herrlichen Blick auf den Strand. Doch man sollte sich nicht allzu sehr ablenken lassen, denn die Gerichte verdienen unsere ganze Aufmerksamkeit. Gastronom **José Antonio Liaño** treibt so seine köstlichen Spielchen



*Cervecería Plaza Nueva*

mit den lokalen Produkten und Erzeugnissen. Die Karte wechselt ständig, obwohl Krakensalat (Ensaladilla de Pulpo) und Wellington-Filetsteak in der Regel immer zu haben sind. Man sollte sich etwas Appetit für die Nachspeisen aufbewahren und unbedingt die Empfehlungen des Tages beachten.

### Zahnbrasse a la roteña

Das typischste Gericht Rota. Dennoch bekommt man es in den Bars der Stadt nur selten. Denn die Urta oder Zahnbrasse ist ein sehr gefragter Fisch.

Man bereitet ihn hier in der Regel in einer Gemüsesoße zu, die den Namen „roteña“ trägt und deren Zutaten von den umliegenden Feldern stammen. Zwei Lokalen bereiten diesen Fisch wirklich gut zu. Eines ist die **Bar Bahía** (Calle Guillén Moreno), wo man ihn nur frisch aus der Lonja bekommt. Klassisch zubereitet. Im **El Embarcadero**, einem Restaurant mit herrlichem Blick in der Calle Gravina serviert man grätenfreie Filets dieses Fisches in einer gelungenen Soße.



*The Steakhouse, ein Grillrestaurant nach amerikanischem Vorbild.*



*Dolce Vita*

### Arranque

So heißt ein weiteres typisches Gericht Rotas, eine Abwandlung des kalten Tomaten-Knoblauch-Suppe Salmorejo, doch zähflüssiger. In der **Bar El Torito** mit ihrer zauberhaften Terrasse in der Calle Italia gelingt der Arranque perfekt: cremig und voller Geschmack. Und wo wir schon hier sind, probieren wir in dieser Bar noch die gelungene Tortilla de Patatas.

### Kulturelle Mischung

Rota bietet die verschiedensten kulinarischen Einflüsse. Für die eigentümlichste Mischung steht wohl das **Restaurant Sedona** in der Avenida de la Diputación. Hier gibt es lokale Designerküche in Fusion mit Einflüssen aus den USA oder mit Sushi. Dieselben Wirte haben auch eine hervorragende Pizzeria (auch Pizza gehört zu den fast

schon typischen Gerichten dieser Stadt). Sie heißt **Slice** und ist in der Avenida de San Fernando. In dieser Straße ist auch das **Shangai 68**, das als eines der ersten Restaurants in Spanien orientalische Küche anbot. Die italienische Küche hat ebenfalls eine sehr persönliche Vertretung in der Stadt: das **La Dolce Vita** in

### El Remedio: das Mittel gegen den Hunger

In der Calle Mina liegt ein Lokal mit wirklich außergewöhnlicher Küche: das **El Remedio**. Die Taberna mit ihrem etwas halbtarken Touch wird von dem barcelonischen Koch **Paco Guzmán** geführt, der sich nach erfolgreichen Projekten in Katalonien in



*El Remedio*

der Calle Pérez de Bedoya. Für Fleisch über Fleisch steht das **The Steakhouse**, ein an der amerikanischen Grillkultur inspiriertes Restaurant. Hier liebt mans groß! Sie finden das Lokal in der Avenida Príncipes de España.

Rota niederließ und hier in seinem kleinen Lokal einfach macht, was im gefällt. Jeden Tag gibts Überraschungen, stets mit einer einfallsreichen Idee und guten Rohstoffen. Ein Genuss – wenn Sie sich von Paco beraten lassen.



*Speisesaal des Shangai 68, orientalische Küche*

**SANLÚCAR DE BARRAMEDA**

**GLÜCKLICH VEREINT**

In Sanlúcar gibt es die perfekte Zweierbeziehung: Garnelle und Manzanilla. Man sieht sie überall in der Stadt, Hand in Hand an der Plaza del Cabildo, dem Epizentrum der gaditanischen Tapakultur, bis hinab zur Avenida Bajo de Guía, dem Naturpark für Meeresgerichte schlechthin. Dazu kommen Schollen und Camarón-Tortillitas, Tapaculos (Flügelbutt) und Castañitas (Minicalamares), Blaubutt (Chovas) und Papas Aliñas: Ganz Sanlúcar ist ein stets gedeckter Tisch.



*Langostinos: Garnelen aus Sanlúcar*

**Frühstück an der Plaza**

Die Plaza de San Roque liegt in der Altstadt. Hier gibt es mehrere Terrassen für ein stilechtes Frühstück. Heute gibts Schinken, den man Ihnen hier mit dem Messer aufschneidet. Spielt das Wetter mit, dann sitzen Sie auf den Terrassen des **Casa Ballen** oder der **Bar Juanito** richtig. Beide servieren hervorragend mit iberischem Schinken belegte Brötchen.

**Der Markt**

Sanlúcar hat einen der besten Mercados de Abastos der Provinz. Momentan ist er provisorisch in der Avenida de La Calzada untergebracht, da der Bau in der Calle Trascuesta renoviert wird. Die Stände mit Fisch und Meeresfrüchten sind spektakulär und die berühmten Langostinos sind allgegenwärtig. Unweit kann man sich am **Kiosko Churros de La Calzada** stärken und

drinnen im Markt kann man sich in einer Bar die Produkte kochen lassen, die man auf dem Markt gekauft hat.



*Bodegas Barbadillo*

**Die zehnte Kunst: gastronomischer Tourismus**

**Décimo Arte** ([espaciodeci-moarte.com](http://espaciodeci-moarte.com)) ist eine einzigartige Gastronomieschule. Jeden Monat organisiert die „Zehnte Kunst“ eine Reihe von Aktivitäten wie etwa Marktbesuche, und danach wird gekocht und gegessen, was eingekauft wurde. Auch nach einem Besuch der Lonja, der Fischbörse, gehts anschließend in die Küche. Es lohnt ein Blick auf die Website, um an dieser einzigartigen Art kulinarischen Genießens



*Décimo Arte*



teilzunehmen, bei der man nebenbei kochen lernt.

**Das Manzanilla-Museum**

Besonders interessant an Sanlúcar sind seine **Bodegas Barbadillo** ist eine der bekanntesten und hier hat man der Manzanilla ein Museum gewidmet. Es liegt in der Calle Sevilla und führt dem Besucher den gesamten Prozess der Weinerzeugung vor Augen, zeigt die diversen Maschinen und Geräte und wie sie benutzt werden. Im zugehörigen Geschäft sind alle Weine der Kellerei erhältlich.

**Bodegaspaizergänge mit Sanlúcar Descúbrela**

Die Firma **Sanlúcar Descúbrela** (sanlucardescubrela.com) bietet In der **Bodega Delgado Zuleta**, ebenfalls eine bedeutende historische Kellerei der Stadt, eine ganz andere Art von Bodegabesuchen: nächtlich-

che, dramaturgisch inszenierte Besichtigungen, mit Pferden und vielen Überraschungen. Auf der Website finden Sie das konkrete Programm für jeden Monat.

**Das Barrio Bajo, Er Guerrita und die Chocos Fritos**

Das Barrio Bajo ist eines der kulinarisch interessanten Viertel Sanlúcars. Hier besuchen wir in der Calle Rubiños die **Taberna Der Guerrita**. Weine direkt vom Fass, dazu Eingelegtes,



Taberna Er Guerrita

Frittirtes und Gerichte mit Fisch und Meeresfrüchten und eine eindrucksvolle Flaschensammlung. Unweit in der Calle Isabel II besuchen wir die **Bar Las 2 Caridad**, auch als **El Triángulo** bekannt. Hervorragender frittierter Fisch. Zwei Tipps: die ganz frittierten Choco-Tintenfische und die Salmonetes (Rotbarbe). In



Puntillitas im La Gitana

der Calle Guía besuchen wir eine weitere populäre Bar des Viertels, die **Peña Bética de Carlos Juez**. Frittierte Schollen (Acedías) oder kleine Seehechte (Pijotas) sind hier Spezialitäten. Dazu Tomates aliñaos.



Tortillitas im Balbino

**Tapaspaizergang an der Plaza de El Cabildo**

Die Plaza del Cabildo ist Sanlúcars Tapa-Kathedrale. Lassen Sie uns ihre namhaftesten „Kapellen“ besuchen und in jeder eine „Reliquie“ verkosten. Im **Balbino** die Tortillitas de Camarones, Puntillitas Fritas im **La Gitana**, Guisito Marinero im **El Cabildo**, Coquinas al Ajillo im **Casa Juan**, Papas con Melva im **Barbiana**, Choco



Coquinas im El Pomo

al Amontillado im Restaurant **Puerta de la Victoria** und Huevas Aliñás im **Trasiego** an der benachbarten Plaza de la Victoria. In der Calle Ancha beenden wir unseren Tapeo im **EL Lantero** mit etwas Atún en Escabeche. Ihnen fehlt der Nachtsch? Nur Geduld!

### Eis bei Toni

Toni (heladostoni.es) gibt es seit dem späten 19. Jahrhundert. Jetzt im 21. zwar an anderer Stelle, doch mit derselben Vorzüglichkeit. Die Eiskarte ist lang und auf der Terrasse an der Plaza del Cabildo genießt man Milcheis und Sorbetes noch intensiver. Zum Schwachwerden: die Tarta de la Casa, Eis in Biskuitrolle, Brazo de Gitano (Zigeunerarm) genannt.

### Rondeñas und Tortas de Aceite

Wo wir schon auf Sanlúcars süßer Seite sind, gehen wir zur Merienda über. Zwei Lokale sind besonders zu empfehlen. In der Calle Ancha das **Casa Guerrero**. Knuspriger als hier geht eine Torta de Aceite einfach nicht! In der Mitte tragen sie eine Mandel, das Siegel des Hauses

sozusagen. In der Calle Ramón y Cajal hat **Casa Guerrero** ein Geschäft: **La Dulcería de la Rondeña**. Berühmteste süße Sache



Süßes aus der Konditorei La Rondeña

ist hier die Masa Real, auch Rondeña genannt: mit Engelshaar (Kürbiskonfitüre: Cabello de Ángel) gefüllten Kuchen. Berühmt für das Weihnachtsgebäck, jedoch das ganze Jahr hindurch mit einem breiten Sortiment geöffnet.

### Tabernas mit Charme

In Sanlúcars Altstadt gibt es jede Menge Tabernas mit Charme. Wir

kehren in zwei ein. Das **Casa Pedro Hernández** Santaolalla ist ein früheres Lager, das in eine Taberna umgewandelt wurde und wo man heute Weine aus Sanlúcar direkt vom Fass in Gorriones, den typischen kleinen Gläsern Sanlúcar ausschenkt. Dazu gibt's Käse und Schinken. Im **Casa Ramirez** an der Plaza de La Salle gibt's ebenfalls Käse und Luftgetrocknetes zu Sanlúcar-Weinen.

### Casa Bigote: die Heimat der Langostinos

**Casa Bigote** ist das berühmteste Restaurant von Sanlúcar. Es liegt in der Avenida Bajo de Guía am Guadalquivir. Hat eine Tapa-Taberna und ein Restaurant, wo man Gerichte serviert. In beiden ist es praktisch Pflicht, die geko-



Casa Pedro Hernández Santaolalla





Der Innenhof des El Espejo

chten Garnelen zu bestellen: groß sind sie, unglaublich saftig, millisekundengenau auf den Punkt zubereitet. Dazu trinkt man Manzanilla. Es gibt auch Fischgerichte, Frittiertes und die eine oder andere Überraschung **Fernando Hermoso Marín**, der das Lokal nun schon in der dritten Generation leitet.

### Weitere Stationen in der Bajo de Guía

In der Avenida reiht sich Lokal an Lokal und jedes hat eine Terrasse mit Blick auf den Naturpark Doñana. Außer dem Bigote gibt es noch eine Reihe von Sitios, die einen Besuch lohnen. **El Poma** bietet

eine hervorragende Version der Coquinas al Ajillo und exzellente Frituras. Das **El Mirador de Doñana** hat einen eindrucksvollen Tapatresen und im **Avante Claro** erwartet uns die innovativste Küche, bei der jedoch der Respekt vor dem Produkt nicht verloren geht.

### Die innovative Seite

Die neue Küche hat auch in Sanlúcar nachhaltig Einzug gehalten. Der Koch José Luis Fernández Tallafigo bietet im **El Espejo** in der Calle Caballeros eine Küche voller Überraschungen auf kleinen Tellerchen. Dabei ist das Lokal nicht zu teuer

und man kann im eleganten Patio-Hof speisen. Die Karte wechselt mit jeder Saison und auf der Weinkarte stehen ausgewählte Weine aus Sanlúcar. In einer eher im alten Stil gehaltenen Bar in der Avenida Cerro Falón, dem **La Lobera** entwickelt Koch Paco Lobo eine Küche mit innovativem Touch und sogar bisweilen orientalischen Einflüssen.



Restaurant El Poma

### Sushi in der Bodega

Eines der originellsten Lokale von Sanlúcar ist die **Taberna Argüeso** in der Calle Mar. Das Lokal ist in einem Bereich der ehemaligen Bodega gleichen Namens untergebracht. Besonders



Casa Bigote – Sanlúcar Langostino-Tempel

überraschend ist das breite Angebot japanischer Spezialitäten, das auf vergnügliche Art die Garnelen und den Fisch der Gegend einbezieht. Auch eine weitere Perle der Provinz weiß man hier bestens zuzubereiten: roten Thunfisch. Hier wird in der Praxis bewiesen, wie gut die Manzanilla- und Jerez-Weine zu orientalischen Küche passen.



*Sushi in der Taberna Argueso*

## La Algaida – und Reis mit Ente

La Algaida ist ein Bereich Sanlúcars, in dem viel Gemüse angebaut wird. Hier wird in zwei Lokalen ein in der Gegend sehr beliebtes Gericht serviert: Arroz con Pato.



*La Campana: aus dem Meer in den Topf*



*Restaurant Mirador de Doñana in der Avenida Bajo de Guía*

In der **Venta El Raspa** an der durch La Algaida führenden Landstraße bekommt man eine virtuose Version dieses Reisgerichts mit Ente serviert. Vorher sollte man die Camarones mit Ei probieren. In der **Venta La Marisma** an derselben Landstraße gibts eine ebenfalls interessante Variante von Arroz con Pato. Hier kann man auch Tapas essen, und zwar sehr günstig. Im Bereich der Playa beim Zentrum von Sanlúcar liegt an der Verlängerung der Avenida

Cerro Falón das **Restaurante El Veranillo**. Auch hier bereitet man gekonnt einen

Arroz con Pato zu.

Als Vorspeise ist Ropavieja de Corvina ein Muss. Dieses ganz besondere

Gericht wird mit dem Kopf des Adlerfisches zubereitet.



## Bonanza und seine Fischgerichte

Die Ortschaft Bonanza liegt am Fischerhafen von Sanlúcar. Hier gibt es zwei Bars, die den Weg in diese vom Zentrum doch recht weit entfernte Gegend lohnen. Im **La Campana** beherrscht man verschiedenste Topfgerichte mit Fisch und Meeresfrüchten. Merken Sie sich Choco al Pan Frito, Consommé de Rape und Fideos a la



Marinera. Fast daneben und ebenfalls in der Calle Puerto Barrameda liegt das **Pablo Tapas**, wo man günstige Tapas aus guten Rohstoffen genießt. Unbedingt die Castañitas probieren (kleine Kopffüßler).

### Chovas und Morralla am Weg nach La Jara

La Jara ist eine Gegend mit Stränden bei Sanlúcar. Am Beginn der dorthin führenden Landstraße gibt es zwei Lokale, die es sich anzusteuern lohnt. Das **Casa Perico** in der Avenida Doctor Salvador Gallardo etwa. Eine Bar, in der die Leute des Viertels verkehren und wo man Köstlichkeiten wie die Temblaera genießt, ein dem Rochen ähnlicher Fisch, oder Chovas: dieser „blaue“ Fettfisch wird erst mariniert und dann frittiert. In der Saison unbedingt Schnecken bestellen. An der Carretera de La Jara

liegt das **El Dique**, wo sich kulinarisch alles um frittierten Fisch dreht. Am besten bestellt man Morralla, denn dieser Fisch kommt normalerweise nicht in den Verkauf und hier versteht man ihn meisterlich zuzubereiten. Dazu die Papas Aliñás des Hauses.

Trabajadera de Segunda zum Beispiel ist das **La Herrería de Paco Felix**. Pferde werden hier längst nicht mehr beschlagen, dafür gibts Essen und Getränke. Häusliche Kost und Weine bilden das Angebot. Richtige Schlemmer gehören in die **Taberna El Loli** in der Calle Pozo Amarguillo. Aliños



*El Velo: die Hefeschicht der Manzanilla de Sanlúcar*

### Mostos im Barrio Alto

Mostos gehören ebenfalls zu den für Sanlúcar typischen Lokalen. Diese Tabernas verkaufen neuen Wein, bei dem die Fermentation noch nicht abgeschlossen ist. Lokale mit Charme, und völlig ungezwungen. In der Calle

(Salate), Fisch, Fischgerichte – alles sorgsam zubereitet, so wie es traditionsbewusste Genießer mögen. Beachtung verdienen die Kraken-Ensaladilla, die Huevas Aliñás und die Coquinas, aber auch die Frituras – und die Nachspeisen: Was wäre das Leben ohne sie!



*Trasiego*

## TREBUJENA



## UNVERFÄLSCHT UND WILD

Trebujena ist ursprünglich und fast wild. Sein berühmtester Wein ist **Mosto**, ein neuer, noch nicht vollständig vergorener Wein. Dazu reicht man Fisch und Meeresfrüchte aus der wilden Umgebung der Flussmündung, und auch die Bars haben sich jene unverfälschte Authentizität bewahrt.

Frühstück in der  
Venta Manolo

Die **Venta Manolo** liegt am Ortseingang direkt an der Straße. Ein weitläufiges Lokal an einer Straßenkreuzung. Man serviert Molletes-Brötchen mit Schinken oder diversen Schmalzsorten. Auch für ein paar Tapas oder zum Mittagessen eine interessante Adresse.

## Die Weine der Kooperative

Die **Cooperativa Virgen de Palomares** (vinosdetrebujena.com) ist eine echte Institu-

tion. Sie wurde Mitte des 20. Jahrhunderts gegründet und hat sich mit ihrem **Mosto** – einem neuen, noch nicht vollständig vergorenen Weißwein einen Namen gemacht. Doch darüber hinaus werden auch Weißweine und Sherrys oder Jerezweine hergestellt. In der Avenida de Sevilla hat die Kooperative ein eigenes Geschäft.

Ca Moña: etwas mehr als nur  
ein Delikatessengeschäft

Das Geschäft ist noch jung. Doch mit seiner Originalität

sticht das 2016 gegründete Geschäft vom Start weg hervor. Es bietet in der Calle Palomares Delikatessen aus der Provinz und dazu Weine. Doch dazu kommen Aktivitäten wie Verkostungen und Besuche interessanter Stätten in der Stadt. Auch ökologisches Gemüse wird angeboten.

## Tapao im Zentrum

Trebujena hat recht interessante Bars und Tapas. An der Plaza de Don Antonio



Gericht im *La Escalerita de Ana*

das **El Cura** etwa mit seinen originellen Tapas. Mindestens zwei weitere Lokale sind hier zu nennen, die in jüngerer Zeit eröffnet wurden: Die **Taberna Pan Rallao** bietet in der Calle Gorrión innovative Tapas. Und das **La Escalerita de Ana** an der Plaza Federico García Lorca kommt bei Tapagängern ebenfalls gut an. Hier gesellen sich zu klassischen Tapas auch gewagte Kreationen.

## Los Mostos

Trebujenas Version der klassischen Taberna. Ursprünglich sehr bescheidene Lokale, in



Cooperativa Virgen de Palomares



La Escalerita de Ana

denen man zum Mosto einfache Happen reichete. Doch inzwischen haben sich diese Tabernas zu einer Attraktion des Ortes entwickelt. Der eindrucksvollste dieser Mostos ist heute ein Museum. In der Calle Doctor Ramón y Cajal hat es **Antonio Valderas** in seinem eigenen Haus eingerichtet. Hier werden Fässer gezeigt, Gerätschaften aus dem Weinbau und Fotos. Essen und Trinken kann man dagegen im **El Piraña** in der Calle de los Cantes de Trilla. Der Wein wird in Krügen serviert und wird direkt aus den Fässern im Lokal ausgeschenkt. Dazu gibts Eintöpfe, Frittiertes und Aliños, Salate

also. In der Calle Málaga hat das **Mosto de Juan de la Vára** ein sehr ähnliches Angebot und Ambiente. Letztgenanntes Lokal ist jedoch nur von Oktober bis zum Frühjahrsbeginn geöffnet.

### Angulas im El Litri

Die Bar **El Litri** in der Calle Larga ist eine Institution in Trebujena. Berühmt wurde sie mit ihren Angulas, die bis heute auf der Karte stehen. Diese Glasaale serviert man hier mit oder ohne Setzei „al Ajillo“. Auch der Spickbraten **Carne Mechá** ist zu empfehlen, und wenn es den Kichererbseneintopf **Berza** gibt, greifen Sie zu! Auch

Flussfische wie Albuces der Róbalos (Äsche und Barsch). Man kann an der Bar Tapas essen oder im Speisesaal Platz nehmen.

### Manegodor – die Stadt der Camarones

Ein ganz besonderes Lokal, das sich selbst als die Stadt der Camarones bezeichnet, weil es nämlich direkt an jener Flussmündung liegt, in welcher diese Sandgarnelle besonders gut gedeiht: an den Flussmarschen oder Esteiros des Guadalquivir nämlich, an der Carretera del Río. Das rustikale Restaurant serviert einzigartige Produkte wie Langostinos de Estero (kleiner als die Garnelen Sanlúcars, und auch geschmacklich anders), Albur (Äsche) vom heißen Planchablech und natürlich Tortillitas de Camarones – ein Gericht, das aus Trebujena nicht wegzudenken ist. Die Krönung des Trebujena-Schmauses wäre dann ein Arroz con Pato. Im Sommer geschlossen.



Ca Moña

## SAN JOSÉ DEL VALLE



### DER CHARME DER VENTAS

Ventas sind einer der gastronomischen Trümpfe der Provinz Cádiz. Es sind Restaurants an Landstraßen mit oft langer Tradition. Hier kann man einkaufen, essen oder frühstücken. In San José del Valle ist diese einheimische Spezies zahlreich vertreten.

#### El Pantano: filmreife Landschaft

Die **Venta El Pantano** liegt am Fuß der Staumauer des Los-Hurones-Stausees. Die Landschaft ist verblüffend, nicht nur aus dem Lokal oder von der Terrasse, sondern schon die Anfahrt ist wunderschön. Und dann auch noch das gute gastronomische Angebot: eine wirklich runde Sache. Zum Frühstück bekommt man mit Chorizo-Stückchen oder Fleisch gefüllte Molletes-Brötchen. Zum Mittagessen oder am Tapatresen gibts Krokettens und Wild

#### La Venta Durán: der Charme eines Klassikers

Die **Venta Durán** liegt im Bereich der Parada Baja direkt an der Straße. Ein Lokal mit Geschichte. Es wurde Mitte des 20. Jahrhunderts eröffnet und ist in Sachen Wild bis heute in der Gegend maßgeblich. Zum Frühstück gibt es

köstliche Molletes-Brötchen und gegessen werden entweder Tapas oder Gerichte im Restaurant. Es gibt Tomatensuppe, Wildgerichte und wahre Köstlichkeiten wie geschmorte Zunge.

#### Blauer Käse von grünen Feldern

Eine der interessantesten **Queserías** der Provinz trägt den Namen **Andazul**. Käsemeisterin Ana Isabel Rosado nahm sich 2013 den Mut zum Risiko und erzeugt seither aus Payoya-Ziegenmilch den ersten Blauschimmelkäse Andalusiens. Das Wagnis gelang zur Perfektion

und heute ist ihr Käse in den Auslagen vieler Geschäfte in der Provinz und ganz Spanien vertreten. Man bekommt ihn im Geschäft der Käserei im Gewerbegebiet Los Isletes.

#### Die Tapas der Venta El Boquete

Die **Venta El Boquete** gehört zu jener Art von Lokalen, in denen ein empfindliches Gut erhalten blieb: die Authentizität.



*Venta Durán*

Gezessen werden Tapas oder Portionen interessanter Versionen traditioneller Gerichte. Günstige Preise und große Portionen. Die iberische Schweinezunge in Soße ist ein Gericht, das diese Venta gut charakterisiert. Berühmt sind auch die Chicharrones: Hier wird der Speck wie Fleisch in Soße zubereitet. Das Lokal liegt an der Carretera de Los Llanos.



*Venta El Boquete*



ALGAR

## DAS WILDREVIER

Wild ist Algars charakteristischstes gastronomisches Produkt. Bei seiner Zubereitung hat die Stadt einen gewissen Ruf erworben und sogar einige originelle Würstwaren werden hergestellt. Auch gekocht wird Wild hier zubereitet und als Beilage hat das Städtchen sogar ein zünftiges ortstypisches Brot zu bieten, damit keine Soße übrig bleiben muss.

### Spaziergang im Zentrum

Am Morgen ist ein Spaziergang durch das Zentrum von Algar besonders reizvoll. Die Stadt ist klein, doch werden wir lange genug gehen, so dass ein gutes Frühstück angebracht ist. Mitten in der Hauptstraße, der Calle Real, liegt die **Panadería Algar Sánchez**. Ein kleiner Laden,



doch das helle Landbrot und die

Molletes-Brötchen lassen einem das Wasser im Munde zusammenlaufen. Daneben in der **Bar La Peña** bekommt man solches Brot zum Fröh-



Rotwild in der Bar Peña

tück. Die Calle Real ist auch eine gute Tapastraße. Merken Sie sich zwei weitere Sitios: Die **Bar La Dehesa** und die **Bar Manolito**.



### Rotwild und Wildschwein

Die Firma **Carnes Herva** ist in der ganzen Provinz bekannt. Spezialität ist Wild, insbesondere Rotwild und Wildschwein. In der Calle Doctor Pérez Fabra im Zentrum gibt es ein Geschäft mit Produkten der Marke. Hier kann man zugeschnittenes Fleisch tiefgekühlt kaufen, es gibt hervorragende Würstwaren wie die beiden Hartwurstsorten Chorizo und Salchichón, hergestellt natürlich aus Wild. Sollten Sie probieren.



### Das Wild im Villa de Algar

Das **Restaurant im Hotel Villa de Algar** hat sich auf Rotwild spezialisiert. Das Vorzeigericht sind Filets, die in einer Soße mit Schweineschmalz Kräutern und Zitrone gebraten werden. Die Karte wechselt mit den Jahreszeiten, doch



Ein Gericht im Hotel Villa de Algar

Spezialitäten vom iberischen Schwein und typische Gerichte der Sierra sind praktisch immer im Angebot.

### Das Tempul und seine Eier mit Kartoffeln

Fünf Kilometer außerhalb der Ortschaft liegt an der „Cortes“ genannten Landstraße die **Venta**

#### El Tempul. Man

bekommt Frühstück, es gibt lokale Produkte zu kaufen und mittags sind hier die **Huevos Fritos con Papas der Renner**. Dazu kann man Chorizo-Stückchen oder gebratenes Fleisch bestellen. Vom Brot muss man hier unbedingt Gebrauch machen.

## UBRIQUE



## HIER ZIEHT DIE GASTRONOMIE VOM LEDER

Leder ist der ganze Reichtum von Ubrique. Die stets lebhafteste Altstadt birgt jedoch noch einen Schatz: die Gastronomie. Stärken Sie sich zum Frühstück erst einmal mit Tortas Fritas, bei der Merienda sind Gañotes angesagt. Ansonsten gibts hier vor allem Fleisch, denn wir sind hier im Hinterland.

## Tortas Fritas

Der Teig ist ähnlich wie Brotteig – doch sehr dünn und in Quadrate geschnitten. Die werden in sehr heißes Öl



Tortitas de Ubrique zum Frühstück

gegeben und quellen dabei auf wie Krapfen. Auf diese Spezialität gibt man zum Beispiel in der **Bar El Amalnoe** in der zentrumsnahen Avenida de la Diputación ein bisschen Honig. Und fertig ist das typische Frühstück Ubriques! Wetten, dass Sie es nicht bei einer Tortita belassen können?

## Der Markt

Der Mercado de Abastos mit seinen rund 20 Ständen ist sehr modern,

denn er wurde erst 2008 errichtet. Der Besuch lohnt sich. Er liegt mitten im Zentrum und so kann man nach dem Marktbesuch Lederwaren einkaufen oder in der lebhaften Avenida de España Tapas essen. Wir empfehlen die **Bar Cristina** mit ihrem breiten Tapaangebot. Da kommt man wieder zu Kräften!

## Carne Mechá im Andrades

Die Fleischerei liegt in der Calle Alcalde Antonio Vega.

Der Familienbetrieb pökelt seine eigenen Chacinas. Der Spickbraten Carne Mechá beruht auf einem in den 80er Jahren von **María Andrades** entwickelten Rezept. Das Geheimnis: Er wird mit Kräutern und Gemüse bedeckt geschmort, und das schmeckt man. Auch Chicharrones werden hergestellt.

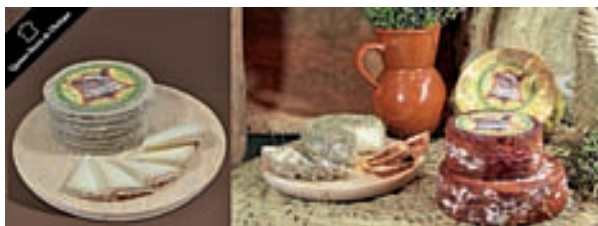
## El gañote

Ein interessantes, typisches Gebäck der Sierra de Cádiz in der Fastenzeit. Doch da es so gefragt ist, wird es längst ganzjährig hergestellt. Versuchen wir mal, es zu beschreiben: Der Teig ähnelt dem der in Öl gebratenen Pestiños. Auch der Gañote wird frittiert, doch hat er die Form einer länglichen Spirale und es kommt kein Honig drauf. Deshalb bleiben sie knusprig und sind ausgesprochen leicht. Interessante Ausführungen dieser Spezialität bieten die **Pastelerías La Nave** (Plaza Ejércitos Españoles) **Los Nueve Caños** und die **Pastelería Rosi**. Die beiden letztgenannten finden Sie in der Avenida de España.



Vitrine der Bar Cristina





Käse im El Poyatón

### Käse aus Ubrique

María José Santos gründete 2010 ihre eigene Käserei, die **Quesería de Ubrique**. Ein kleines Geschäft und einen Herstellungsbetrieb hat die Marke an der Carretera de Cortes in **El Poyatón**. Die Milch stammt von weidenden Ziegen, die sich ihre eigenen Gräserlein auswählen – und das schmeckt man dem Käse an. Es gibt mehrere Käsespezialitäten. Der ausgereifte (curado) ist ein Gedicht.



La Herradura

### La Herradura

Gehört zu den Restaurants, in denen man den Rohstoffen größte Aufmerksamkeit widmet. Hat sich als Adresse in der Sierra für Fleisch vom Grill einen Namen gemacht. Und so hat die Parrilla denn auch einen prominenten Platz direkt am Eingang zum Lokal. Es gibt iberisches

Schwein, Wildschwein, Lamm und Retinta-Kalb- fleisch. Man kann nach Speisekarte essen oder Tapas bestellen.

### El Laurel

Koch **Miguel Rosado** hat mehrere Lokale in der Stadt und sie sind alle sehr beliebt. Sein erstes war das **El Laurel** in der Calle San Juan Bautista im Zentrum. Spezialität ist die Vielfalt des Tapasortiments. In dem weitläufigen Lokal werden gleichermaßen Traditionelle Tapas wie innovative Spezialitäten serviert. Hier ist in der Regel alles gut.

### La Venta Rubí

Eines jener Lokale, die einfach anders sind als die übrigen in einer Stadt. Liegt außerhalb, an der Landstraße von Ubrique nach Benaocaz. Öffnet

nur an den Wochenenden in der Saison von Anfang September bis Juni. Die erste Eigentümlichkeit ist der **Mosto Colorao**, der hier angeboten wird: ein besonderer junger Wein dieser Gegend. Man trinkt ihn vom Fass und es ist



Venta Rubí

ein richtig „wilder“, noch kaum vergorener Wein. Dazu gibts Riesenportionen Rührei mit Pommes Frites und Chorizo-Hartwurst. Auf der Terrasse hat man einen herrlichen Blick auf die Berge. Familiäres Ambiente, völlig ungezwungen.



El Laurel

## EL BOSQUE



## CHORIZO, BROT, KÄSE

El Bosque taucht plötzlich an der Landstraße vor Ihnen auf und liegt völlig versteckt zwischen den Bergen. Es gibt einiges zu sehen – und zu essen. Gepökelte Chachinas haben hier seit jeher einen guten Ruf, doch in jüngerer Zeit sind auch ein weltweit prämiertes Käse und derartig herzhaftes Molletes-Brötchen dazugekommen, dass Sie am liebsten zweimal frühstücken würden.

Venta Mateo und  
El Molino de Abajo

In der ehemaligen Getreidemühle **El Molino de Abajo** ([elmolinodeabajo.com](http://elmolinodeabajo.com)) kann man bis heute die Maschinen und Geräte aus dem 19. und 20. Jahrhundert bewundern. Angetrieben wird sie vom Fluss. Man kann die Installationen besuchen, muss dies jedoch vorab telefonisch unter + 34 658

845 761 anmelden. Es gibt auch Workshops zum Backen von Brot. In den Installationen werden bis heute Brotspezialitäten gebacken, allen voran die Molletes. Die bekommt man täglich frisch in der **Venta Mateo** an der Ortsausfahrt von El Bosque in Richtung Grazalema zum Frühstück, das man auf einer angenehmen Terrasse genießt. Ein Tipp:

Bestellen Sie Ihr Mollete gefüllt mit Spickbraten (Carne Mechá) nach Art des Hauses.

## Choricitos im El Bosque

Die Choricitos von El Bosque werden als Würstchenkette verkauft und sind in der ganzen Provinz berühmt. Im Ort gibt es einige handwerkliche Chacinera-Betriebe. **Chacinas Méndez** in der Calle Huelva bietet ein breites Sortiment an Produkten. Man kann außer den Chorizo-Paprikahartwürsten verschiedenen Schmalzsorten kaufen. **Chacinas El Bosque** hat sein Geschäft im Gewerbegebiet Polígono Huerto Blanco. Das Sortiment ist breit und umfasst eine köstliche Leber-Blutwurst.

## Das Käseinformationszentrum

Die **Quesería de El Bosqueño** hat in Sachen Käseherstellung in der Sierra de Cádiz Pionierarbeit geleistet. Heute ist es eine der international meist-



El Molino de Abajo



Chacinas Méndez

prämierten Käseereien der Gegend. Der Firma gehört das **Museo del Queso** (quesoselbosque.com) am Ortseingang. Hier wird die Geschichte der Käseerei gezeigt, man kann an Workshops und Verkostungen teilnehmen und aus dem



Quesos El Bosqueño

breiten Produktsortiment einkaufen. Besonders lecker: die ausgereiften Käse (curados) mit Payoya-Ziegenmilch und Milch von Grazalemeña-Schafen.

### Klassische Küche im El Tabanco

Im **Mesón El Tabanco** in der Calle de La Fuente mitten im Zentrum wird eine klassische Version der Gastronomie der Sierra geboten. Hervorzuheben sind das perfekt zubereitete Lamm und sogar Forelle steht auf der Karte, denn in der Stadt gibt es eine Forellenfarm. Alles was den Nachsatz „en Salsa“ trägt, ist hier zum Stippen gut, zum Beispiel Carrillada (Schweinebacken) oder Wildschwein in Soße. Wenn Seezunge angeboten wird, greifen Sie zu! Serviert werden individuelle Gerichte.

### La Divina steht für Innovation

In der Sierra de Cádiz gibt es nicht viele Lokale mit

innovativer Küche. Eines der herausragendsten dieser Kategorie ist das **La Divina** an der Plaza de España. Die Karte wechselt ziemlich häufig und



Göttliches Gemüse im La Divina

man bestellt hier Gerichte für mehrere Personen. In der Küche geht man gut mit Gemüse um und es werden ständig neue Versionen traditioneller Gerichte des Gebirges entwickelt, humorvoll und in gastronomischer Hinsicht gelungen.



La Divina

## GRAZALEMA



## LAMM UND ROCHEN

Die Woldecken aus Grazales haben inzwischen einigen Ruhm erlangt, und mitunter muss man sich in dieser kleinen Stadt in den Bergen wirklich warm anziehen. Doch ebenso gut wärmt Grazales Gastronomie – mit Käse, Chacinas und Likören, vor allem aber mit Lamm, das man hier in den Restaurants meisterlich zubereitet.

## Cubilettes zum Frühstück

Cubilettes sind Grazales typische süße Teilchen. Ein sogenannter Mantecado mit Schmalz und Mehl, gewürzt mit Zimt und gefüllt mit der Kürbiskonfitüre Cabello de

Ángel. Auch das wärmt! In der **Cafetería Rumores**, serviert man eine eigene

Version und die bekommt auch nebenan in der **Panadería La Golosa**. Cubilettes findet man sonst in jeder Konditorei der Stadt. Besonders stilvoll genießt man sie auf der Plaza Principal zusammen mit dem herrlichen Blick. Ein Frühstück der ganz ruhigen Art.

## Kräuterlikör

Das Kapitel Einkaufen in Grazales ist recht umfang-

reich. Außer einer Decke zum Einhüllen kann man sich auch einen der ansprechenden Liköre zulegen, um sich von innen zu wärmen.

In der **Destillerie Antonio Borrego** werden über zehn verschiedene Liköre hergestellt. Schon Antonios Großvater widmete sich dieser Kunst und hinterließ der Familie zahlreiche Rezepte seines Lebenswerks. Alle

Liköre werden mit Wildfrüchten aus der Gegend erzeugt, der Frucht des Erdbeerbaums Madroño etwa, oder mit Schlehe (Endrina). Verkauft werden die Liköre im Supermarkt der Familie in der Calle Las Piedras.

## Käse und Chacina

Als nächstes decken wir uns mit Käse und Gepökeltem ein. An der Plaza Pequeña gehen wir dazu in die



Kräuterliköre

## Quesería de La Abuela Agustina

Hier wird Käse aus Rohmilch von Ziege und Schaf hergestellt. In der Calle Fuente Abajo empfehlen wir eine neue **Käserei: La Pastora**. Sie hat



Käsesortiment von La Pastora



schon den einen oder anderen Preis für seinen für die Gegend typischen Payoya-Ziegenkäse erhalten. In der Calle Mateos Gago suchen wir nun die Carnicería de Mercedes auf. Es gibt Fleisch, Schmalz, Wurst vom iberischen Schwein – alles von Schweinen aus der Sierra de Cádiz.

### **La Casa de Las Piedras: Grazalement Überraschung**

Francisco Javier Pérez Menacho versetzt uns im **La Casa de Las Piedras** mit seiner Küche in Erstau- nen. Das Restaurant in der Calle Las Piedras



Lamm mit Röstkartoffeln

hat einen reizvollen Patio- Innenhof. Es gibt eine Pizza-Karte und eine mit innovativen Gerichten. Das Angebot wechselt im Verlauf der Jahreszeiten stark, doch immer gibt es originelle Salate, bei niedriger Temperatur gegartes Fleisch oder sogar Gerichte für Vegetarier. Lassen Sie Platz für die Nachspeisen!

### **Lamm**

Lamm aus der Gegend gilt als ausgesprochen gut, doch gibt es nicht viele Lokale, in denen man es bekommt. Am berühmtesten ist in dieser Hinsicht das **Cádiz El Chico**, ein Restaurant mit klassischer Küche an der Plaza de España. Hier brät man die Lammkeule in

einem Ofen der guten alten Bauart. Man bekommt auch Tapas. An der Plaza del Asomadero bekommt man im **El Simancón** köstlich zubereitete Lammkoteletts.

### **Vergnüglicher Tapeo**

Der Ort hat viele Bars und fast alle haben eine Terrasse. Wir lassen uns auf einer nieder, auf der man vergnügliche und leckere Sachen serviert: im oberen Teil des Ortes im **La Maroma** (Calle Santa Clara). Hier isst man übrigens Tapas. Und das preislich sehr

günstig. Kulinarisch spielt man hier mit der Gastronomie und den Produkten der Gegend und gibt ihnen oft

einen völlig neuen Ansatz. Hier findet jeder in der Familie etwas, was ihm schmeckt.

### **Benamahoma und seine quadratischen Molletes**

Benamahoma ist eine Ortschaft unweit von Grazalement. Und der Ausflug lohnt sich. In der **Panadería de Pedro**

**Casillas** (Calle Marqués de Estella) bekommt man etwas ganz besonderes: quadratische Molletes. Abgesehen von der originellen Form eignet sich dieses weiche Brötchen mit Gepökeltem auch hier



Die Bäckerei von Pedro Casillas

bestens für ein Frühstück. Man kann sie in der Bäckerei selbst kaufen oder im **Restaurant El Cancha** (Calle Real) bestellen, wo man sie in der Regel frisch vorrätig hat. Hier isst man übrigens auch gut und die Tapas sind nicht zu verachten. Es gibt Wild und Gerichte aus der Gegend. Im **La Tasquita del Majaceite** (Calle de La Cuesta) isst man gut und genießt eine schöne Terrasse.



Casa Las Piedras

## PRADO DEL REY



## EINE STADT AUS DER ZEIT DER IBERER

Prado del Rey hat eine lange Tradition in der Herstellung von Chacina. Mehrere kleine Fabriken stellen in dem Ort Gepökeltes her. Auch die Honigerzeugung hat Prado del Rey geprägt und auch die Kellereien haben eine gewisse Tradition. Bei so vielen Zutaten wundert es nicht, dass man hier gut isst.

## Frühstück und Meriendas

Die **Venta Rosario** liegt an der Landstraße von Arcos nach El Bosque dort, wo die nach Prado del Rey führende Steigung beginnt. Das Lokal hat seinen ursprünglichen Reiz bewahrt und hier kehren die Landwirte der Gegend ein. Während Sie diese beobachten, genießen Sie hier ein Frühstück auf der Grundlage von Landbrot und verschiedenen Schmalzsorten. Wenn Sie eher auf der süßen Seite des Lebens stehen, ist die **Pastelería Sandra** eher etwas für Sie. Sie finden sie im Zentrum in der Calle Teniente Peñalver. Hier können Sie frühstücken oder zur nachmittäglichen Merienda einkehren. Den Kuchen werden Sie nur schwer widerstehen können.

## Einkäufe

In Prado del Rey muss man einfach einkaufen gehen, denn es gibt viele interessante Köstlichkeiten. So gibt es in der Stadt zwei kleine Fabriken für Würstwaren.

**Las Tres Encinas** in der Calle Fuente hat verschiedene Sorten der Hartwürste Salchichón und Chorizo. Die **Carnicería Ana** in der Avenida Feliz Rodríguez de la Fuente bietet Chicharrones-Speck und Morcilla (Blutwurst). In derselben Straße keltert man in der **Bodega de Rivero** Rotweine, und in der Bodega **Ibargüen** ([bodegasibarguen.com](http://bodegasibarguen.com)) an der Carretera de Arcos nach El Bosque steht man dem nicht nach. Im Gewerbegebiet Cuatro Vientos ist die Honigfabrik, in der man ebenfalls die Produkte des Hauses kaufen kann.

## Tapero im Zentrum

Das lebhaftes Zentrum kann mit zahlreichen Bars aufwarten. Wir steuern zwei von ihnen an. Die rustikale Dekoration des **El Mesón Iptuci**, in der Calle Teniente Peñalver passt bestens zu den Gerichten und Tapas, die man hier serviert. Es werden viele ökologische Produkte verarbeitet und es gibt eine interessante Auswahl von Fleisch aus der



Bodega de Rivero

Gegend. In der Calle Doctor Martín Aguilar ein Klassiker: das **Kaiko's**, wo man Fleisch zuzubereiten versteht und an der Bar gute Tapas serviert.

## Restaurante del Carmen

Liegt außerhalb in der Avenida del Nacimiento im Erdgeschoss eines familiären Hotels. Seit **Carmen Tamayo** und **Javier García Mena** die Leitung des Lokals übernommen haben, ist es ihnen gelungen, aus ihm etwas wirklich anderes zu machen. Geboten wird innovative Küche mit Produkten aus der Gegend. Dafür werden sie von den Gästen sehr positiv kommentiert. Hier bestellt man eher Gerichte, die man gemeinsam genießt.



Honig von Purremiel



## BENAOCAZ



### DER REIZ DER KLEINEN DINGE

Benaocaz ist ein kleiner Ort mit großem Charme. Er schmiegte sich im höheren Bereich der Sierra förmlich an die Berge. In Sachen Comé dreht sich hier alles um Käse, Chacina und diverse Sorten Fleisch. Zwei Hauptzutaten aller Gerichte sind Ruhe und Gelassenheit.

#### Las Vegas: Ausblick zum Frühstück

Lassen wir den Tag im Bar-Restaurante **Las Vegas**



Restaurante Las Vegas

beginnen. Von seiner Terrasse hat man hier in der Mitte der Ortschaft einen herrlichen Blick. Den werden Sie nur kurz von dem herrlichen Panorama abwenden, wenn Sie etwas Schmalz aus der Gegend auf das Landbrot dieses Gasthauses streichen.

#### Die Chacinas von Piñero

Am Ortseingang liegt die Wurstwarenfabrik **Piñero**

(chacinaspinero.com). Das breite Sortiment umfasst auch einen Schinken aus eigener Herstellung. Genießen den klassischen Serrano-Dreibänder: luftgetrockneten Chorizo (Paprikahartwurst) und Salchichón (Hartwurst) und die Blutwurst Morcilla.

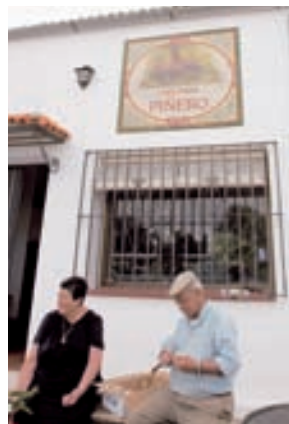
#### Käse der Mangana-Brüder

In der Calle San Blas liegt das Geschäft der Brüder **Mangana Macías**. Die Produktion ist gering, doch die Produkte sind erstklassig. Die Milch für ihren Käse stammt von Tieren aus eigenen Herden. Auch Chacinas stellen sie her und

am beliebtesten ist hier die luftgetrocknete Lende.

#### El Refugio de San Antón

2004 eröffneten Angélica Rodríguez und Santiago Jiménez das **El Refugio de San Antón**: Landgasthof-Atmosphäre, gemütlicher Speisesaal mit Kamin, angenehme Terrasse. Das Lokal liegt im Zentrum an der Plaza de



Chacinas Piñero

San Antón. Die Küche muss man wirklich loben. Als eines der wenigen Restaurants der Gegend bietet es biologisch gezüchtete Zicklein und dazu kommen kulinarische Überraschungen wie die Setzeier „Huevos Rotos“ mit Salmorejo und Auberginen. Auch kleine, kreativ angehauchte Tapagerichte stehen inzwischen auf der Karte.



El Refugio de San Antón

## VILLALUENGA DEL ROSARIO



## MAGISCHE MILCH

Die Milch aus Villaluenga hat Magie: die Magie der Payo-ya-Ziege. Der Ort liegt eingebettet zwischen hohen Bergen und vermittelt authentische Ruhe. Wir machen hier Halt, um den mit dem Zauber von Villaluenga gesegneten Käse zu kaufen, und wo wir schon hier sind, gleich auch noch ein paar Tortas in der Bäckerei Nuestra Señora del Rosario. Und die Krokettten von Ana Mari probieren wir auch.

## Tortas mit Chicharrones

Süßes mit Salzigem zu verbinden, das ist keine Erfindung der modernen Küche. In der Sierra de Cádiz machte man das schon lange vor der Erfindung der ersten Gastrobar. In der **Panadería Nuestra Señora del Rosario** bekommt man interessante, in Öl gebackene Torta-Fladen, deren Teig entfernt an Pizza erinnert, jedoch süß ist und dann mit ein paar Streifen Fleisch oder Speck dekoriert wird. Die Bäckerei bietet noch weitere



Payoyo-Käse

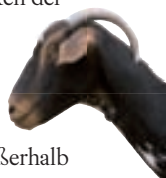
Köstlichkeiten und eine davon ist das Brot Dieses bekommt man zum Frühstück auch im **Mesón Los Caños** an der den Ort durchquerenden Straße.

## Payoyo-Käse

Andrés Piña und Carlos Ríos sind die Begründer des Ruhms des Käses aus der Sierra de Cádiz. Denn sie waren es, die den **Payoyo-Käse von Villaluenga** kreierte haben, der längst mehrere internationale Preise geholt hat ([payoyo.com](http://payoyo.com)). Längst bekommt man ihn weithin zu kaufen, doch viel besser man kauft ihn hier in dem kleinen Geschäft an der Hauptstraße des Ortes. Zwei persönliche Schwächen von mir: der halb reife „Semicurado“ aus Payoya-Milch (je zarter, umso besser), und der Mischkäse aus Rohmilch von Payoya-Ziegen und Grazalemeña-Schafen. Wenn sie letzteren mit einer Schmalzschicht umgeben dahaben, noch besser.

## Charo Olivas Käse

In Villaluenga gibt es ein halbes Dutzend Käsereien. Wir steuern noch die von **Oliva** an, die kleinste von allen, in der alles nach traditionellen Methoden in Handarbeit gemacht wird. Die Käsestücke der Marke Charo Oliva la Artesana sind aus roher Schafsmilch hergestellt. Man findet sie schwer außerhalb Villaluengas und deshalb lohnt es sich, wenn man sich vor Ort in der Calle Jaime Balmes eindeckt, wo die kleine Fabrik ihn herstellt und reifen lässt.



Ana Maris Pension

## Ana Maris Krokettten

Im Speisesaal dieses Lokals scheint in den 50er Jahren des 21. Jahrhunderts die Zeit stehen geblieben zu sein, und auch die Speisen, die in der **Pensión de Ana Mari** in der Calle Los Mártires serviert werden, sind wie aus dieser längst vergangenen Zeit. Die feinen und knusprigen Krokettten des Hauses muss man einfach bestellen und am in Tomate geschmorten Fleisch, den Albóndiga-Fleischbällchen oder dem Kaninchengericht kommt man ebenfalls kaum vorbei.





## EL GASTOR



Tapa zu stärken, ist wenig ratsam, denn die Gassen sind steil. Hier zwei Tipps fürs Essen und den Tapeo. Beide Lokale liegen in der Calle Rodríguez de la Fuente. Im **Mesón Los Cuñaos** kehren viele Leute aus dem Ort ein. Es gibt Wildschwein und Rotwild, das im freundlich-



Mesón Los Cuñaos

modernen Speisesaal doppelt gut schmeckt, und auf Bestellung bekommt man den Guisote Gastoreño, eine deftige Spargelsuppe, oder einen Eintopf mit Hülsenfrüchten und Distelstängeln. Unweit bekommt man im **La Posada de la Abuela** Fleisch vom Grill, die Spezialität des Hauses.

## BUNTE OSTERKRINGEL

Die Pastelería Mari glänzt zu Ostern mit ihren Hornazos, einem kuriosen Gebäck, das bunt verziert ist und mit einem Osterei gekrönt wird. Farblich und fröhlich, ganz wie der Ort selbst. Auch der Tapeo in den Gassen der Altstadt ist ein fröhliches Vergnügen.

### Maris süße Sachen

Die Pastelería de Mari liegt an der Plaza de Andalucía



Die Hornazos im Despacho de Mari

im Zentrum von El Gastor, einem jener typischen, an den Burgberg gedrängten weißen Dörfer der Gegend. Zur Osterzeit werden hier die Hornazos angeboten, ein farbenfrohes süßes Teil, bei dem Biskuit und ein Meringe-Kringel (weiße Roscos) mit Schokoladeneiern und Süßigkeiten dekoriert werden. Ein echt süßes Geschenk. Über den Rest des Jahres hinweg muss man sie vorbestellen, doch findet

man in Maris Laden auch andere Köstlichkeiten wie die weißen Meringe-Kringel (ohne Ei), die mit Suspiros (Seufzer) mit Zitronengeschmack oder den Bizcocho Gastoreño – ein Biskuit, der an die typisch andalusischen Mostachones erinnert.

### Tapeo im Zentrum

Die Altstadt von El Gastor ist wunderschön. Sie besichtigt und sich nicht mit einer



La Posada de la Abuela

**ALCALÁ DEL VALLE**

**WO DER SPARGEL WÄCHST**

Spargel aus Alcalá del Valle bekommt serviert man in gepflegten Restaurants in ganz Europa als besondere Delikatesse. Angebaut werden sie von der traditionsreichen Kooperative Los Europeos. In der Stadt ist Spargel in vielen Varianten der große Star der lokalen Gastronomie.

**Molletes in der Bar Polear**

Die Bar Polear bietet viele Köstlichkeiten. Das fängt beim Frühstück an. Es gibt die für die Gegend typischen Molletes, und man genießt diese weichen Brötchen mit verschiedenen Schmalzsor ten, Olivenöl oder Marmelade. Beim Tapeo gehts weiter. Am besten man lässt sich von den Brüdern Cruces beraten, die einem Tag für Tag die besten Sachen empfehlen, da sich die Karte nach Marktangebot richtet. Dazu gibts eine gute Auswahl an Weinen. Das Lokal liegt in der Calle Virgen de los Remedios.


*Bar Polear*

*Spargel der Kooperative*
**Los Europeos**

Die Kooperative **Los Europeos** (scaloseuropeos.com) nahm 1986 ihre Tätigkeit auf. Und seither hat sie für diese Stadt in der Sierra de Cadiz eine große Bedeutung erlangt. Die Nachfrage nach der Produktion grünen Spargels im Frühjahr ist europaweit sehr groß, doch bekommt man ihn auch im Ort. Inzwischen laufen auch Versuche mit dem Anbau von Artischocken, für die man hier den gleichen Grad von Exzellenz wie beim Spargel anstrebt.

**Tortillas im El Gordi**

Ein gutes Tapalokal ist die **Bar Cebolla** in der Calle El Bosque. Eine familiär geführte Bar mit klassischer, herzhafter Küche. Mit dem grünen Spargel bereitet man hier kleine Tortillas zu, die ziemlich lecker sind. In der Saison gibts Schnecken, ein typisch gaditanisches Sommergericht.


*Sabor Andaluz*
**Sabor Andaluz:  
Experten für Spargel**

Das **Mesón Sabor Andaluz** hat sich auf Gerichte mit grünem Spargel aus Alcalá del Valle spezialisiert. In dem Restaurant in der Calle De La Huerta werden verschiedene Formen der Zubereitung angeboten. Am gefragtesten ist Spargel a la Vinagreta, sekundengenau auf den Punkt gekochter Spargel mit einem sanften Essigdressing. Auch eine Spargelsuppe und Spargel in grüner Soße gibt es. Auch die Artischocken und Fleisch vom Grill sind hier zu empfehlen.


*Spargel im Sabor Andaluz*



## TORRE ALHÁQUIME



### DER GIPFEL DER CHACINAS

Die kleine Ortschaft Torre Alhájime liegt hoch oben auf einem Berggrücken der Sierra de Cádiz und ebenso auf der Höhe sind die Chacinas, die hier die Kooperative La Torreña seit dem späteren 20. Jahrhundert herstellt.

### Chorizo in Schmalz

Die Chacinas-Kooperative **La Torreña** wurde im letzten Drittel des 20. Jahrhunderts gegründet und gehört heute zu den maßgeblichen Herstellern von Luftgetrocknetem und Würstwaren aus der Sierra de Cádiz.

Die in Schmalz eingelegten Chorizos sind besonders gefragt. Eine weitere originelle Würstware ist die Salchichón in Olivenöl. Diese kleinen Hartwürste werden erst luft-



Embutidos La Torreña

getrocknet und dann in nativem Virgen-Extra-Olivenöl eingelegt. Die Kooperative ist im Viertel El Tejar.



Die Würstwarenfabrik La Torreña

### Tapeo in La Torre

Torre Alhájime nennt man hier in der Gegend einfach und kurz La Torre. Für den Tapeo gibt es eine Reihe von Bars. Im Zentrum ist in der Calle Nueva die **Bar Chema** zu empfehlen, auch als **Alaquim** bekannt. Hier kann man seine Tapatour mit einer Schweinebackentapa



Bar Chema

(Carrillada) beginnen. Daneben liegt die ortstypische **Bar Pepín**. Hier ist der

Menudo sehr beliebt: ein Kuttelgericht. Im Bereich des Schwimm-

bads in der Calle Arenal liegt das **El Tapeito**, wo man die kleine Runde mit einem Salmorejo abschließen kann. So nennt man hier in der Sierra einen typischen Kartoffelsalat mit Paprika und Zwiebeln.



Calamares de Pepín



El Tapeito

## SETENIL DE LAS BODEGAS



### DIE GESCHICHTE DER MASITA

So wie Setenil selbst in seine Felsen, so gehört hier ins Brot La Masita, eine wahre kulinarische Perle dieses Orts. Es handelt sich um eine Art Hamburger mit Hartwurstmasse aus Salchichón oder Chorizo. Man kann noch etwas Öl draufgeben, ebenfalls aus Setenil natürlich, und dazu einen Xaldenil, genießen, den in der Gegend gekelterten Autorenenwein.

#### Natives Olivenöl „Extra“

Setenil ist für eines der besten Olivenöle der Sierra de Cádiz bekannt. Die meisten Olivenbauern der Gegend sind in der **Cooperativa El Agro**



Olivenöl der *Cooperativa El Agro*

(agrosetenil.es) zusammengeschlossen. In der Fabrik gibt es auch ein Geschäft. Zum Frühstück macht sich das feine Öl gut auf einem

Molletes-Brötchen aus der Gegend, etwa im **Restaurant El Almendral** an der Landstraße Setenil–Puerto del Monte.

#### Salchichón

Unweit der Ölmühle **Almazara de El Agro**, hat in der Calle Casas Nuevas die **Kooperative Montes de Setenil** ihren Sitz. Hier werden Schmalz und ein breites Sortiment an Chacinas hergestellt, doch die berühmteste Wurstware des Hauses ist zweifellos der Salchichón.

#### Autorenenweine

Zum Salchichón passt bestens ein Autorenenrotwein der Kellerei **Finca Las Mesetas**. Es gibt den Xaldenil und den Siete Mil Pasos. Man bekommt sie im Geschäft der Bodega im Zentrum des Ortes: **La**

**Cueva del Ibérico** (Calle Cuevas de la Sombra). Und den passenden Salchichón dazu haben sie ebenfalls im Regal.



Wurstwaren und Gepökelttes nach Hausmacherart

#### La Masita: der Star der lokalen Tapas

La Masita ist die Tapa-Spezialität Setenils schlechthin. Eine Art Hamburger, doch statt Bulette mit einer Masse aus Salchichón oder Chorizo. Die kommt erst aufs Plancha-Blech, dann ins weiche Mollete-Brötchen. Man bekommt den Happen in vielen Bars im Zentrum. De Tapeo speist man hier in Setenil bestens. In der Calle Cueva del Sol gibt es viele Bars. Zwei wollen wir besonders empfehlen: **Frasquito** und **La Escuela**. In beiden bekommen Sie Masita und noch einiges mehr gegen den Hunger.



Masita im *Frasquito*



## OLVERA



### AM ÖLBERG

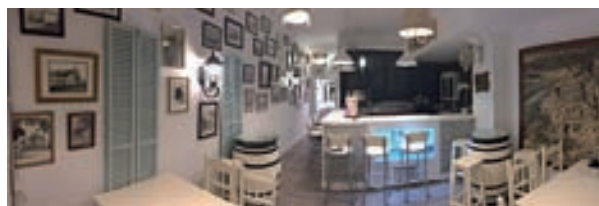
Olvera liegt auf einem Berg. Schon bei der Anfahrt baut sich der Ort vor uns auf. Ganz oben, gesäumt von Olivenhainen. Der Spaziergang durch die Altstadt führt in idyllische Winkel und auch gastronomisch gibt es einiges zu besichtigen. In den Bars hat man die besten Produkte Olveras stets zur Hand: Olivenöl, Morcilla-Leberwurst oder die Tortas del Lunes de Quasimodo etwa.

#### Quasimodo

Lunes de Quasimodo ist eine Wallfahrt, die in Olvera jeweils am zweiten Sonntag nach dem Ostersonntag stattfindet. Die kulinarische Seite dieses Festtags sind die Tortas del Lunes de Quasimodo. In Öl gebackene Fladen, doch deutlich dicker als sonst und daher mit einer biskuitartigen Konsistenz. Das ganze Jahr hindurch bekommt man diese Tortas in der **Pastelería La Gloria** in der Calle Calvario. In der Calle García Lorca erwartet uns die **Confitería Linero** mit ihren köstlichen Merengue-Baisers, die hier längst nicht so zuckersüß wie üblich sind und von denen man gerne auch zwei isst.

#### Olivenöl, Käse ... und Morcilla-Leberwurst

Olvera ist reich an köstlichen Produkten. Am bekanntesten ist sein natives Olivenöl. In der **Cooperativa Los Remedios** ([remediospicasat.com](http://remediospicasat.com)) hat man es sogar aus ökologischem Anbau. Die Sorte **Oro Natura** eignet sich perfekt fürs Frühstück. Weiterhin wäre da die Ölmühle **Molino El Salado** ([molinoelsalado.com](http://molinoelsalado.com)) mit ebenfalls sehr aromatischen Ölen. **Apiolvera** ist eine der ältesten Käseereien der Sierra de Cádiz. Die ausgereiften Curado-Käse sind hervorragend. Die Marke hat ein Geschäft im



Bodeguita Mi Pueblo

Gewerbegebiet. Nun führt uns unsere Reise auf den Spuren der kulinarischen Genüsse in die **Cooperativa La Serrana**, wo man sich der Herstellung von Chacinas widmet. Hier in der Avenida Julián Besteiro bekommt man die ungemein zarte Morcilla-Leberwurst



El Lagar de Ambrosio

der Marke, die zu den besten Wurstwaren der Sierra gehört (mit Brot genießen!).

#### Tapeo als Fitnessprogramm

Spaziergänge durch Olvera sind ein Genuss. In der Calle Cañada Real erwartet uns die **Bodeguita Mi Pueblo** mit einem vielseitigen Tapaangebot. Wirt Paco Medina hat sogar ein Buch über die Tapas des 20. Jahrhunderts herausgegeben, das man in seinem Lokal bekommt. In der Calle Buena Vista ist die **Bodeguita de Juanito Gómez**, mit wahren Tapa-Reliquien wie der Pajarilla en Salsa. Ebenfalls eine Reliquie ist **El Lagar de Ambrosio**: Die kleine Familienbodega an der Plaza Matadero keltert einen Wein aus der für die Gegend typische Perruna-Traube, die heute kaum noch zu finden ist. In der Calle Cordel bietet das **El Puerto de los Arbolitos** an seinem gut besuchten Tresen eine breite Tapa-Vielfalt.

## ZAHARA DE LA SIERRA



## WO DAS AUGE MITISST

Die landschaftliche Umgebung von Zahara ist eine der schönsten der Sierra de Cádiz. Hier muss man schon allein deshalb essen, um den Blick zu genießen. Dazu kommt ein hochwertiges Olivenöl, für das man die Oliven hier noch mit dem Esel erntet, denn wo sie wachsen, gelangen Maschinen nicht hin.

**Oleum Viride: das Öl schlechthin**

**Oleum Viride** ist ein natives Olivenöl „Extra“ aus Zahara de la Sierra. Zur Ernte der Oliven wird bis heute eine Herde Esel eingesetzt, welche die Ernte aus den schroffen Anbaugebieten tragen, in die man nicht mit Maschinen gelangt. Gemahlen



werden die Oliven in einer kleinen Mühle an der Zufahrtsstraße zur Ortschaft aus Richtung Algodonales (oleumviride.com). Man kann sie besuchen und an Ölverkostungen teilnehmen.

**Al Lago: internationaler Einschlag**

2006 nahm Koch Stefan Crites mit dem Restaurant **Al Lago** den Betrieb auf. Von der Terrasse hat man einen wunderschönen Blick

auf den Stausee, der die auf einem Berg sich erhebende Ortschaft umschließt. Die originelle Karte hebt sich vom gängigen Angebot der Gegend ab. Es stehen in der Regel Gemüsegerichte drauf, die hier bestens gelingen, und auch das



Gericht im *El Lago*

Lamm wird hier anders als sonst zubereitet. Die Nachspeisen sind zu empfehlen. Die Bar hat einen Salon, in dem man auch Tapas speisen kann.

**Mesón Oñate: die traditionelle Seite**

Auch das **Mesón Oñate** hat eine Terrasse mit tollem Blick auf den Stausee. Hier gibts traditionelle Küche. Es gibt Tapas und Gerichte, das Angebot ist breit und von den Spezialitäten der Sierra geprägt. Auf der Karte stehen auch Wildschwein und Rotwild, dazu Fleisch vom iberischen Fleisch, zubereitet auf dem Grill. Sehr gelungen das Auberginengericht *Berenjenas Rocieras*, zu denen Ei serviert wird.



Ölmühle *Almazara del Manzanilla*, wo man das *Oleum Viride* macht



## PUERTO SERRANO



### WO DER MOLLETE ZUHAUSE IST

Die Molletes aus Puerto Serrano genießen besonderen Ruhm. Die besten werden bis heute im Holzofen gebacken und bilden mit ein paar Tropfen Olivenöl oder einem Schmalz ein perfektes Frühstück, wie es für die Sierra de Cádiz weithin typisch ist.

#### Rafael und El Molletero

Molletes sind ein Brötchen mit wenig Krume. So flach wie sie sind, lassen sie sich perfekt toasten und mit den leckersten Sachen belegen. In Puerto Serrano sind sie wegen der sorgsamsten Herstellung besonders berühmt. In der Calle Ronda hat **El Molletero** seinen Laden, in dem man eine ausgesprochen gelungene Ausprägung



*Knusprig frische Molletes*

dieses Brötchens bekommt, und in der Calle Hortensia gilt selbiges



*La Puerta de la Sierra*

für den **Obrador Molletes Rafael**. Hier stellt man ausschließlich diese Art von Brot her, das an diverse Restaurants und Ventas der Gegend geliefert wird. Wird in der Regel im halben Dutzend verkauft.



*Deftiges Gericht im Puerta de la Sierra*

#### La Puerta de la Sierra

Am Zugang zur **Vía Verde**, einer herrlichen Ausflugsroute auf einem alten Bahndamm, liegt das **Restaurant Puerta de la Sierra**. Zum Frühstück kann man hier Rafaels Molletes bestellen, die gut getoastet mit verschiedenen Schmalzsorten und Olivenöl aus der Gegend serviert werden. Koch **Andrés Orozco** hat in diesem Lokal eine höchst interessante Küche entwickelt. Man kann Tapas essen oder sich im Speisesaal mit seinem gemütlichen Kamin Gerichte auf Tellern servieren lassen. Draußen gibts eine angenehme Terrasse mit Olivenbäumen. Besonders hervorzuheben das Wildragout (Caldereta de Venado) und das Fleisch vom Grill.

## VILLAMARTÍN



## WO TORPEDOS EINE SÜSSE SACHE SIND

Mitte des 20. Jahrhunderts schuf Juan Moreno Vázquez in seiner Konditorei den Torpedo. Inspiriert hatten den Konditor die Raketen, die von den Amerikanern damals ins All geschossen wurden. Dieses Gebäck ist heute ein Wahrzeichen der Ortschaft. Als Treibstoff dient eine köstliche Konditorcreme.

## Die Confeitería de Juan Moreno

Zum Frühstück muss es in Villamartín einfach ein Torpedo sein. Das Original stammt aus



*Cremig-süßes aus der Confeitería Juan Moreno*

der **Confeitería de Juan Moreno** in der Calle Boticas und es handelt sich um ein längliches, mit Creme gefülltes Gebäck, auf dessen Papierverpackung ein blaues Torpedo prangt. Darüber hinaus hat die Konditorei ein umfassendes Sortiment, und wo Creme drin ist, muss man unbedingt mal probeweise reingebissen haben. Sehr bekannt ist auch der Rosco Blanco. Dieser weiße Kringel bringt es auf rund 125 Jahre!

## Die Olivenfinca Los Horgazales

Die **Finca Los Horgazales** ([loshorgazales.com](http://loshorgazales.com)) liegt direkt an der Landstraße und war ursprünglich ein Quartier der Guardia Civil. Hier haben die neuen Eigentümer eine Ölmühle eingerichtet, in der Oliven aus eigener Ernte gemahlen werden. Juwel des Hauses ist ein Öl der Olivensorte Manzanilla. Die Anlage kann man besichtigen.



*Finca Los Horgazales*

## Käse der Marke Pajarete

Der Käse der Familie Hologado gehört zu den meistprämierten der Sierra de Cádiz. Man bekommt sie auch im Internet ([quesospajarete.com](http://quesospajarete.com)), doch besser noch vor Ort im Geschäft im Gewerbegebiet am Ortsausgang nach Algodonales. Das Angebot ist breit. Es gibt Käse aus Milch von Assaf-Schafen, einer in



*Hier kommt der Pajarete-Käse her*

Andalusien kaum vertretenen Rasse, und aus Milch von Payoya-Ziegen.

## Die Roscos im Fuentes

Die **Konditorei Fuentes** ist in Villamartín eine gute Adresse für die Merienda. Besonders fallen die großen und etwas länglichen Rosco-Kringel ins Auge, denen Mandeln ihren besonderen Geschmack geben. Die Vitrine des Geschäfts in der Calle Rosario muss man einfach gesehen – und probiert haben.

## Wild

Wildgerichte sind einer der gastronomischen Trümpfe der Sierra Cádiz. In Villamartín bietet sich in dieser Hinsicht das **Los Cazadores** (Avenida del Guadalete) an. Es gibt Gerichte mit Rebhuhn, Kaninchen und Hirsch. Auch für den Tapeo.





## BORNOS



### HEIMAT DES „WEICHLINGS“

In Bornos bäckt man ein besonderes Brot, „Ablandao“ genannt. Eine Art Mollete, doch mit mehr Krume und daher weicher. Man isst zum Frühstück, aber auch für die Spezialitäten des Orts wie etwa die *Morcilla* ist dieses Brötchen der perfekte Begleiter.

#### Die „Ablandaos“

Zarte Kruste, und beim Draufdrücken meint man, ein Kopfkissen von einst in der Hand zu halten. In der **Panadería Las Hoces** in der Calle Higuera bäckt man diese Weichlinge täglich. Und das schon in vierter Generation. Essen kann man sie im Zentrum der Ortschaft in der Calle San Jerónimo in der **Bar Vicente Oca**, und zwar zum Frühstück. Drauf streicht man Schmalz aus den örtlichen Fleischereien, das ebenfalls sehr lecker ist.



Ablandaos aus der Bäckerei Las Hoces

#### Die *Morcilla*

Die *Morcilla*-Variante aus Bornos hat beachtlichen Ruhm erworben. Man stellt sie in mehreren Fleischereien her und uns überzeugt besonders die Variante der **Carnicería Foro** in der Calle Peña. Hier stellt Ana Isabel Nieto diese Blutwurst nach einer Pi-mal-Daumen-Rezeptur her, die „mir meine Meister gezeigt haben“. Schmeckt nach Kräutern mit einer besonderen Note auf Anis.

#### Tapeo im Zentrum

In Bornos gibt es jede Menge Tapabars. Wir schlagen ein paar Stationen für eine der schönsten kulinarischen Disziplinen vor: Tapear. In der Avenida de Andalucía etwa die **Gastrobar Los Jerónimos**, wo der Tapeo einen bisweilen innovativen Einschlag hat. Terrasse ist vorhanden. In der Avenida Cauchil empfehlen wir das **Mesón Los Olivares**. Die Vielfalt der Tapas ist groß!

### El Pengue

**El Pengue** ist eines der herausragenden Lokale der Gastronomie in der Sierra de Cádiz. Es wird geleitet von Marco Antonio López und bietet in der Avenida de la Constitución gepflegteste Rohstoffe. Fisch und Meeresfrüchte kommen von der Küste und werden hier



Mesón Los Olivares

mit sicherer Hand zubereitet. Außerdem werden typische lokale Gerichte serviert. In der Saison gibts frische Habichuelas. Diese Hülsenfrucht ist für den Ort charakteristisch, wird aber kaum noch angebaut. Hier macht man damit eine Reihe köstlicher Eintöpfe. Besonders interessant ist der mit Chacinas aus der Gegend.



Gericht im El Pengue

## ALGODONALES



## SCHMAUSGESCHICHTEN

In Sachen Comé gibts in Algodonales einige Geschichten zu erzählen. Die von Josefitas Rezeptsammlung zum Beispiel: Über ein Jahrhundert alte Rezepte, die in dem Ort bis heute befolgt werden. Oder der Disteleintopf – eines jener Gerichte, nach dessen Genuss Körper und Seele den Frieden finden. Lassen Sie sich diese Geschichten erzählen ...

## Frühstück im El Cortijo

El Cortijo ist ein gastronomischer Komplex an der Ortsdurchfahrt von Algodonales. Eine typisch gaditanische Venta: Es werden Produkte und Erzeugnisse aus der Gegend verkauft, man kann Tapas essen oder im Restaurant speisen – und übrigens: Lassen Sie sich die Lende in Schmalz nicht entgehen. Eine Stärke des Lokals ist das Frühstück mit köstlichen Molletes-Brötchen aus dem benachbarten Puerto Serrano. Man kann sie auf einer angenehmen überdachten Terrasse genießen.

## Öl, Käse, Wein

Am Ortseingang liegt die



Käse der Marke Granja Madrigueras

## Ölmühle Almazara Virgen del Rosario

(algodoliva.com). Hier stellt man ein ungefiltertes natives Olivenöl „Extra“ her, das Freunde besonderer Aromen begeistern wird. Etwas außerhalb der Ortschaft liegt die Granja Madrigueras (carretera de Madrigueras). Der kleine Ziegenstall bringt einen großartigen Ziegenkäse hervor. Man kann die Anlage besichtigen und an Workshops teilnehmen. Dritte Säule der lokalen Gastronomie ist die Bodega Viña Santa María de los Reyes (vinasmr.es). Hier erzeugt man Weine aus der Rebsorte Petit Verdot. Man bekommt sie im El Cortijo und in der Venta Salas

## Disteleintopf

Ein Eintopf mit Hülsenfrüchten und der in der Gegend wildwachsenden Distel Tagarinas ist ein typisches Gericht in Algodonales. In der Venta Salas direkt an der Nationalstraße machen Morcilla-Stück-

chen diesen Eintopf erst Recht zum Genuss. Angenehme Terrasse zum Mittagessen.

## Der Blick in El Mogote

El Mogote (elmogote.com) ist ein Erholungsareal am Stausee von Zahara. Der Blick ist herrlich und man kann zum Beispiel Kanus mieten. Vor oder nach dem Spaziergang kann man merendieren oder im Restaurant speisen. Ein Ort, an dem man die Seele so richtig baumeln lassen kann.



El Mogote

## Tapeo im Zentrum

Im Zentrum von Algodonales kann man de Tapas speisen. Wir heben ein Lokal besonders hervor. El Canijo. Das Lokal ist in der Avenida de la Constitución. Klein, aber reizvoll. Unbedingt die frittierten Auberginen bestellen, die beweisen, dass die wahre Eleganz in Kleinigkeiten stecken kann. Das kulinarische Erlebnis rundet man mit einer Ensaladilla oder einem Topfgericht ab.

## Josefitas Rezeptsammlung

Die Pastelería Orozco wurde 1907 gegründet. Von Josefita Gómez, die ein Notizbuch mit ihren meisterlichen Rezepten hinterließ. Heute führen ihre Enkel die Konditorei und sie blättern bis heute in ihren Notizen, um die süßen Sachen so herzustellen, wie sie es einst tat.



## ARCOS DE LA FRONTERA



### DER BLICK VON OBEN

Arcos ist eine jener Bergfestungsstädte, in denen es praktisch nur steile Gassen gibt. Ist man erst oben, ist der Tapeo im Zentrum ein geradezu historischer Genuss. Hier einige Klassiker: „Abajo“, Gebäck aus Arcos, Rotweine ...

#### Historisches Frühstück – oder mit Ausblick

Für das Frühstück haben Sie die Wahl: Entweder Sie stärken sich fern der Stadt an einer Kreuzung an der Landstraße von Arcos nach Medina in der **Venta Junta de Los Ríos**. Die ist schon über ein Jahrhundert alt und ehe Sie hier zum Frühstück leckeres Brot mit Belag genießen, müssen Sie sich unbedingt das Anwesen

ansehen. Im zugehörigen Geschäft bekommen Sie alles von rustikalen Krügen bis hin zu Taschenmessern. Oder Sie Frühstücken an der Landstraße nach El Bosque an der als Las Abiertas bekannten Kreuzung in der **Venta Mesa Jardín**. Die Terrasse ist sehr angenehm und es gibt jede Menge leckere Sachen, die man hier auf sein Landbrot legen kann.

#### Tapas mit Steigung

Das Zentrum von Arcos ist wunderschön und es steckt voller Geschichte. Einkehren sollten Sie unbedingt in der **Taberna Jóvenes Flamencos** in der Calle Deán Espinosa. Es gibt in-



*Venta Junta de los Ríos*

teressante Tapas mit innovativem Einschlag – aber auch typische Gerichte aus Arcos wie der „Abajo“, eine sämige Spargelsuppe. So sämig, dass man sie eher für eine Tortilla als eine Suppe hält.



*Die Bodega Huerta de Albalá*

## Arcos und sein Gebäck

Die Stadt hat auch eine süße Seite. Sie heißt Bollo de Arcos, und ganz wie bei der Abajo-Suppe entspricht der Schein hier nicht dem Sein. Eigentlich ist es ein Rosco, eine Art Kringel, doch der Teig ist weich und mit Gewürzen aromatisiert. Meisterlich beherrscht man



*Panificadora Arcense*

diese Spezialität in der **Panificadora Arcense**. Die Bäckerei mit Geschäft ist in der Calle Matrera Abajo ganz nah beim Zentrum und hier kauft man die Spezialität im halben Dutzend. Langsam, nicht gleich alle verspeisen, heben Sie sich drei für den Rückweg auf!

## Wein aus de Kellerei Huerta de Albalá

Die **Bodega Huerta de Albalá** liegt außerhalb von Arcos an der Carretera de Alberite. Das Gebäude der Kellerei ist genauso eindrucksvoll wie ihre Weine. Es gibt Rote, Weiße und Rosés Man kann die Kellerei besichtigen und vor Ort ihre Weine kaufen.

## Lokale für den Tapeo

Außerhalb des Zentrums gibt es zwei für Tapagänger interessante Lokale. Das Avenida 34 in der Avenida Miguel Mancheño hat eine ziemlich angenehme Terrasse und es herrschen innovative Tapas vor. Unweit liegt am Ortseingang an der Zufahrtsstraße aus Richtung Jerez im Gewerbegebiet Retiro die **Bar Zindicato**. Hier gibts vielfältige Tapas, bei denen das Preis-Leistungs-Verhältnis mehr als stimmt.



*Taberna Jóvenes flamencos*

## La Posada del Duende

**Pablo Vicuña** gehört zu den renommiertesten Köchen der Sierra de Cádiz. Inzwischen hat er außerhalb der Stadt in einem Hotel ([laposadadelduende.com](http://laposadadelduende.com)) an der Landstraße nach Algar sein eigenes Restaurant. Das Restaurant mit seiner vielfältigen kreativen Küche läuft gut. Die Terrasse ist sehr angenehm.



*La Posada del Duende*



ESPERA

## MEDITERRANE ESSENZ

Espera steht für die Essenz der mediterranen Gastronomie: Brot und Öl. Seine Molletes gelten als besonders gut und edler als mit einem nativen Olivenöl „Extra“ kann man sie nicht genießen. Im Zentrum des Ortes ist eine Ölmühle aus dem 18. Jahrhundert erhalten, die Maschinen stammen aus dem frühen 20.

### Eine geschichtsträchtige Mühle

Der **Molino de Espera** ([molinodeespera.com](http://molinodeespera.com)) wurde



El Molino de Espera

Anfang des 18. Jahrhunderts in Betrieb genommen. Die Familie Vega betreibt sie seit dem Ende des 19. Heute wird das Olivenöl nicht mehr hier produziert, doch die Anlage blieb als Museum erhalten und man kann hier im Geschäft das native Olivenöl „Virgen Extra“ kaufen.

Erhalten blieben die alten Mühlsteine, mit denen man einst die Oliven mahlte, die Maschinen und Geräte waren bis zum Beginn des 21. Jahrhunderts in Betrieb.

### Im halben Dutzend

Die **Panificadora La Paz** (Calle De la Torre) verkauft ihre Molletes-Brötchen im halben Dutzend. Sie sind mit etwas Mehl gepudert und bevor man sie zum Beispiel mit dem köstlichen Olivenöl des Ortes beträufelt, ge-

hören sie anständig getoastet. Die Bäckerei hat sich einen Namen gemacht und ihre Brötchen genießt man in der gesamten Provinz.

### Tapeo im Frasquito

Die **Bar Frasquito**, in der Calle Los Toros ist eine



Bar Frasquito

der führenden Adressen in Espera. Hier gibts

Tapeo oder man lässt sich im Speisesaal nieder. Die Terrasse ist äußerst angenehm. Auf der Karte steht



Secreto Ibérico

ein originelles Rührei mit Auberginen und Tomate. Traditionelle Küche. In der Saison gibts Spargel und Golddistel. Ebenfalls interessant ist das **Restaurante Gabriel** in der Avenida de Sevilla.



El Molino de Espera

*Merken Sie sich, was Ihnen am besten gefallen hat*

*Guten Appetit!*





## DER AUTHOR

### Pepe Monforte Ariza

wurde am 2. Mai 1965 in der Bahía de Cádiz geboren.

Er ist von Beruf und aus Berufung Journalist und seit 20 Jahren auf Gastronomie spezialisiert.

Er hat bei dem Sender Radio Cádiz der Cadena Ser und für die Zeitung La Voz de Cádiz gearbeitet.

Gegenwärtig ist er beim Diario de Cádiz Mitarbeiter des

Gastronomie-Ressorts und er ist Herausgeber des Portals

[www.cosasdecome.com](http://www.cosasdecome.com)

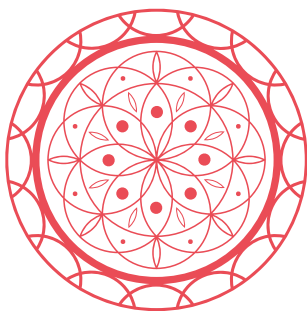
zur Gastronomie der Provinz Cádiz.

Er hat mehrere Preise erhalten, etwa den Premio de Promoción Turística der Provinzverwaltung Diputación de Cádiz oder den Preis der Academia Andaluza de Gastronomía y Turismo.





GASTRONOMIEFÜHRER  
FÜR DIE PROVINZ



[www.cadizturismo.com](http://www.cadizturismo.com)



CadizTurismo



Andalucía



Diputación  
de Cádiz

PATRONATO  
PROVINCIAL  
DE TURISMO

