

22 RUTA GASTRONOMÍA DE LA TINENÇA



Crespells

La cocina de la Tinença se basa en los productos autóctonos y tradicionales de la zona. Se trata de una gastronomía de origen ancestral que se transmite generacionalmente. Sus platos típicos son recios, sabrosos y contundentes como corresponde a una zona de alta montaña y de bosque.

Comer en la Tinença es realizar un viaje a los sabores de antaño, al saber hacer de las sopas, verduras, guisos, carnes de caza, postres naturales, quesos, setas y repostería tradicional de todo un pueblo. Son productos fruto de la riqueza de un paisaje y del lento devenir de su tiempo y naturaleza.

La gastronomía de la Tinença sorprende por la excelencia de sus materias primas siempre elaboradas sobre sencillas pero experimentadas recetas. Todo ello ha dado lugar a un elaborado recetario, entre el que podemos destacar los siguientes platos:



Setas de la Tinença



'Llesca' de Foie y Trufa

L'Olla

Plato muy tradicional de la cocina de la Tinença en invierno. Es una sopa contundente de lenta cocción con variados ingredientes basados en carnes, como manitas de cerdo, morcillas y verduras del tiempo. Tiene su origen en la comida habitual de los pastores que necesitaban altas calorías para resistir todo el día. Actualmente la receta es más suave y digestiva.



- 100 g. de garbanzos
- 100 g. de guisantes
- 2 trozos de cardos
- 2 morcillas
- 2 huesos de jamón
- 1 cebolla mediana
- 2 zanahorias
- 2 hojas de laurel
- 16 albondiguillas caseres
- 100 g. de fideos
- 1 cazuela de agua
- azafrán

Trucha con pimientos

Plato tradicional autóctono basado en la trucha, que es muy abundante en el río Senia. Es una receta originaria de épocas de hambre y miseria en que sólo habían pimientos para agregar al regalo de las truchas. Así nació esta clásica receta local, reconvertida en un plato moderno y exquisito.



- trucha del río Senia
- pimientos de la zona
- espárragos
- tomate de huerta

Cocina creativa y de autor

La cocina de la Tinença puede combinar muy bien los productos tradicionales de calidad de la zona con las creaciones culinarias más modernas, ofreciendo una variada carta de autor en cada restaurante. Un ejemplo podría ser el plato de canelones rellenos de queso de cabra con setas de la zona y ajos tiernos, reducidos con mermelada, fresas y jerez.

Huevos a la cazuela



Plato muy sencillo y tradicional de los pueblos de la zona. Su elaboración es fácil y se suele cocinar al horno, antes de leña ahora eléctrico.

- 2 huevos
- pimentón verde
- tomate y ajo
- chorizo y jamón
- aceite

Butifarras de La Pobla

Elaboradas de forma artesanal desde tiempos remotos, está íntimamente unida a la matanza del cerdo. Es ideal para la cocción de la famosa olleta de la Tinença y otros cocidos y guisos tradicionales..



- arroz
- sangre de cerdo
- manteca de cerdo
- cebolla
- pimentón
- canela

DÓNDE COMER:

Mesón El Ballestar
C. Major, 12 (Ballestar)
977 72 91 00

Restaurante Colonia Europa II
Colonia Europa, ctra La Sénia- Fredes, s/n
977 72 90 43

Hostatgeria Sant Jaume
C. Major, 6 (Coratxà)
977 72 91 90

Restaurante Font de Sant Pere
Ctra. La Sénia-Torremiró, km 3
977 57 09 05

Hotel La Tinença
C. Major, 50 (La Pobla)
977 72 90 44

Restaurante Lo Forn
C. Major, 1 (La Pobla)
686 144 791

Molí l'Abad I y II
Ctra. La Sénia- La Pobla de Benifassà, km 5 y 8
977 71 34 18

La Morena
C. Major, 12 (La Pobla)
977 72 90 10

Bar La Societat
C. Major, 10 (La Pobla)
977 72 90 08

Restaurante La Taberna
C. Major, 17 (Fredes)
977 72 91 52

Bar-Rest Lo Raconet
Ctra. Coratxà, 10 (El Boixar)
977 72 90 12

Albergue La Font Lluny
Camí La Font Lluny
(La Pobla)
977 72 91 25

Cordero a la brasa

Elaborado con carne de cordero del país, criado en libertad y alimentado por los pastos abundantes y sanos que pueblan los prados de la Tinença, obteniendo un sabor único que podemos paladear asado, al horno o a la brasa.



- cordero de la Tinença
- patatas
- verduras del tiempo
- allioli (al gusto)

Jabalí con patatas

Producto derivado de la caza mayor practicada desde época ancestral en la Tinença. Se trata de un plato contundente muy habitual durante la temporada de caza.



- 1 Kg. de carne de jabalí
- cebollas y ajos
- patatas y zanahorias
- laurel
- tomates
- aceite de oliva
- picada de Almendras

Postres y repostería



La Tinença ofrece una amplia variedad de postres, algunos que ya están casi en desuso por su complicada laboriosidad. Se tratan de postres caseros, cuya combinación de sabores tradicionales con la calidad de los productos da como resultado ricos dulces, algunos de origen árabe, elaborados como antaño, entre los que podemos destacar:

- colla o cuajada
- cocas
- almendras con miel
- flanes
- pastissets
- fogasetes
- rolletes
- crespells

Podremos conocer la gastronomía de la Tinença en los diferentes restaurantes repartidos por los pueblos de la zona: en Ballestar, el Boixar, Coratxà, Fredes y la Pobla de Benifassà que, con su trato familiar y su cocina autóctona y de calidad, tienen todos los ingredientes y sabores para conquistarnos. Sin duda la Tinença de Benifassà cuenta con una variedad gastronómica que no nos dejará indiferentes.

Conejo con caracoles

Receta de la cocina tradicional, presente en la mayoría de las casas de la Tinença y en muchos restaurantes. Es un estupendo guiso en el que el contraste de los dos sabores lo hace muy especial.



- ½ kg. de caracoles de monte
- 1 kg de conejo de la Tinença
- 40 gr de almendras
- 2 cebollas, perejil
- 4 dientes de ajo
- 1 hoja de laurel y tomillo
- 1 copa de brandy

Estofado con carne de cabra



La carne de cabra proveniente de la cabra hispánica muy abundante en los montes de la Tinença. Es un plato muy típico y tradicional en la zona, que se suele cocinar asado o estofado, al estilo caldereta.

- carne de cabra
- ajos, cebolla
- tomillo, romero, laurel
- caldo (opcional)
- zanahorias y patatas
- aceite de oliva
- conyac o vino rancio

El Calmant

Tradicional bebida alcohólica elaborada a base de aguardiente. Antiguamente se solía hacer en las épocas más frías del año, se apagaban las luces mientras



se preparaba y se cantaban canciones populares. Ahora para cualquier fiesta no hay excusa para encender un buen calmante y tomarlo en grupo.

Alrededor de una mesa y un recipiente de arcilla, se mezcla aguardiente o ron, café en grano e infusión, azúcar, piel de limón y especias como la canela. Se remueve todo, quemando el ron con el azúcar, se añade un poco de café y esperar unos 10 minutos para quemar parte del alcohol. Quién lo ha preparado sirve en vasos o tazas.

A poc que se fere festa /i es fea de tant en tant / cabie poques excuses / per encendre un gran calmant! / 'La festa sembla no tenir fi /perquè quan s'acaba el calmant / ja se'n prepara un altre.

