CASTILLA
LAMANCHA

GASTRONOMIE

Pain, raisin et fromage, que du plaisir

LE PAIN, LE RAISIN ET LE FROMAGE, les produits phares de la gastronomie de Castille-La Manche. Trois ingrédients simples d'une cuisine régionale et traditionnelle que l'on peut aujourd'hui déguster revisitée et qui a sa place d'honneur dans les meilleurs restaurants à la pointe de la modernité. Une cuisine qui en cette année 2016 revêt ses habits de gala pour fêter que la ville de Tolède est la capitale espagnole de la gastronomie. Joignez-vous aux réjouissances... des recettes et de belles nappes **vous attendent pour vous séduire.**

Huile d'olive, miel de La Alcarria, safran, vin et fromage Manchego.

LA « BIBLE » DE LA GASTRONOMIE DE CASTILLE-LA MANCHE

Les pages du Quichotte sont la « bible » de la gastronomie de Castille-La Manche. On y trouve plus de cent cinquante façons différentes de cuisiner des aliments. Chaque chapitre de cet ouvrage fait référence à un plat ou une situation en rapport avec la cuisine : *salpicón*, *duelos y quebrantos*, lentilles, *palominos*, boulettes de viande, pâté de lapin, cochons de lait tendres, *olla podrida*, *canutillos*, pâte de coing, fruits panés... Et le fabuleux banquet des noces de Camacho.

Le terroir de Castille-La Manche est prodigue et généreux en produits agroalimentaires et d'élevage. De l'huile d'olive des Monts de Tolède aux aubergines d'Almagro, en passant par les ails « violets » de Las Pedroñeras, les oignons de Recas, l'agneau de La Manche, le massepain de Tolède, le melon de La Manche, les excellentes viandes de gibier, le fromage de brebis, les légumes soigneusement cultivés dans les vallées baignées par nos rivières, les truites de l'Alto Tajo et les différents vins et liqueurs locaux. Sans oublier les bières artisanales qui ont actuellement la cote.

Les vignobles de La Manche.

Duelos et quebrantos.

Chaque année, le gouvernement de Castille-La Manche met en avant les meilleurs aliments lors de ses prix Gran Selección. Cette reconnaissance permet de découvrir ces joyaux gastronomiques entouré de proches et d'amis. Si vous voulez vraiment emporter un délicieux souvenir de notre région, goûtez les succulents plats servis dans nos tavernes, bars et restaurants.

L'amour et le soin avec lesquels nos cuisiniers et cuisinières de Castille-La Manche élaborent leurs recettes ne vous décevront pas. De la tapa simple aux surprenants menus que vous pouvez déguster dans un quelconque restaurant étoilé (El Bohío à Illescas, Tierra à El Torrico, El Carmen de Montesión à Tolède, Las Rejas à Las Pedroñeras et Maralba à Almansa), soyez assuré que vous dégusterez un repas équilibré, sain, nutritif et évocateur. Aucun palais, aussi exigeant soit-il, ne restera sur sa faim.

Atascaburras.

Attablez-vous et savourez des plats autochtones : perdrix à l'escabèche, *atascaburras* –également appelé *ajoarriero*–, gaspacho manchois, *tiznao*, *pisto*, *morteruelo*, soupe à l'ail, *carcamusas*, potages, *zarajos*, côtelettes braisées, *migas* ou rôtis. Et au dessert : soupe aux amandes, *flores manchegas*, *melindres*, *miguelitos*, *bizcochá*, *alajú*....

LE VIGNOBLE DU MONDE

Castille-La Manche recense les meilleurs vignobles au monde. Profitez-en ! De grandes étendues de vignes vous accompagneront tout au long de votre séjour dans ces cinq provinces. Cette culture en constante évolution a progressivement modernisé ses techniques pour obtenir des crus à la hauteur des exigences présentes des consommateurs. L'infinité de prix et de reconnaissances que nos vins ont obtenus témoignent du soin apporté par nos professionnels au processus viticole. Goûtez les vins de Castille-La Manche pleins d'arômes et si souvent vantés.

Vous en trouverez pour tous les goûts et budgets. Des vins joyeux, fruités et jeunes aux millésimes plus complexes et ronds, en passant par les surprenants coupages et crus bio. Les traditionnels vins airen, garnacha ou cencibel côtoient aujourd'hui les cabernet, merlot ou syrah. L'introduction de variétés améliorantes a donné une bouffée d'air frais aux vins de Castille-La Manche qui se sont ouverts à l'international. Ne partez pas sans avoir goûté les vins mousseux au succès croissant qui gagnent de nouveaux marchés. Chacune des différentes appellations d'origine et d'autres figures de régulation de la production assurent la qualité de ces vins et invitent à les déguster accompagnés d'un bon repas en bonne compagnie.

On ne savoure pas uniquement le vin de Castille-La Manche en le buvant. Visitez aussi ses vignes, découvrez le silence des caves d'élevage, apprenez-en plus sur les propriétés thérapeutiques du vin, participez aux vendanges, initiez-vous aux secrets de la dégustation et sentez les arômes caractéristiques qui se dégagent lors de la fermentation et maturation. L'œnotourisme est en vogue et Castille-La Manche est une région fantastique pour s'y adonner. Ne manquez pas cette occasion.

Morteruelo / Carcamusas.

Les caves à vin sont des lieux magiques. Chaque année, on y transforme le moût en de délicieux vins. Certains affirment qu'au milieu de ces cuves des esprits errants veillent pour que chaque nouveau cru soit meilleur que le précédent. Dans chaque village vous trouverez une cave à vin différente, des centenaires creusées sous le sol jusqu'aux pittoresques bâtisses au caractère populaire dotées de grandes cheminées. N'hésitez pas à les visiter pour découvrir l'histoire et la culture qu'elles renferment. La modernité est également présente dans ces sanctuaires du vin. Leur allure a changé. Les nouvelles caves à vin se dressent aujourd'hui au milieu des vignobles, intégrées dans le paysage, et misent sur la durabilité environnementale en ouvrant leurs installations à différents usages hôteliers et ludiques. L'architecture avant-gardiste rivalise de beauté avec les feuilles de vigne rougeoyantes en automne.

Ce sont le lieu parfait pour vivre une escapade à la découverte d'endroits uniques de notre région : La Manche, Ribera del Júcar, les champs de Montiel, les localités de Méntrida et La Manchuela, Valdepeñas, Almansa, Mondéjar, etc. Vous pourrez également y faire des randonnées et des excursions à vélo ou à cheval. Ainsi que découvrir le riche patrimoine artistique de notre région et participer à des festivités d'exaltation gastronomique comme les fêtes du vin à Valdepeñas, de la Rose du Safran à Consuegra ou de l'olivier à Mora.

SENSATIONS, BOUQUETS, ARÔMES...

Dans un passage du Quichotte, le barbier raconte à l'hidalgo Don Quichotte une anecdote survenue dans un asile de Séville et termine son histoire en reproduisant une phrase dite par un malade mental : « Toutes nos folies sont le résultat d'avoir le ventre vide et le cerveau plein d'air ». Tout le contraire de votre expérience à Castille-La Manche. Vous ne quitterez jamais notre région sans avoir dégusté un excellent repas et vous en repartirez rassasié grâce à un inoubliable amalgame de sensations, de bouquets et d'arômes uniques. Sans oublier les beaux paysages et les lieux que vous découvrirez lors de cette singulière aventure sous le signe du tourisme gastronomique et enologique.

CASTILLA
LA-MAN
CHA

QUELQUE PART DANS VOTRE VIE

www.turismocastillalamancha.es

Unión Europea
Fondo Europeo
de Desarrollo Regional
"Una manera de hacer Europa"

Castilla-La Mancha