



Erasmus+

„SMAKUJĄC ANDALUZJĘ”

KSIĄŻKA KUCHARSKA
PRZYGOTOWANA PRZEZ ZESPÓŁ STAŻYSTÓW



SPIS TREŚCI

1. Andaluzja - kraina oliwy,
wina, corridy i flamenco
2. Tapas
3. Sałatki
4. Zupy
5. Najpopularniejsze dania główne
6. Desery
7. Słowniczek kulinarny



1. ANDALUZJA, region

zajmujący południową część Hiszpanii, często nazywana jest „pomostem między kontynentami”, „bramą Europy”, „tygłem kultur” czy „miejscem spotkania mórz”.



Wszystkie te określenia są w pełni uzasadnione. Położona pomiędzy Europą a Afryką, między Morzem Śródziemnym a Oceanem Atlantyckim, przez tysiąclecia była obszarem rozwoju różnorodnych kultur. W Andaluzji odnajdziemy wszystko, co zazwyczaj kojarzy się z Hiszpanią: flamenco, fiesta, korrida, piaszczyste plaże, bary tapas i wino sherry. Trudno wyobrazić sobie bardziej hiszpański region Półwyspu Iberyjskiego.

Powierzchnia Andaluzji sięga 87 597 km², co stanowi 17,3% całości terytorium Hiszpanii. Jest drugim co do wielkości regionem autonomicznym w kraju i może poszczycić się największą liczbą ludności (8 039 399 mieszkańców w 2007 roku). Składa się z ośmiu prowincji o nazwach: Almería, Kadyks, Kordowa, Granada, Huelva, Jaén, Malaga i Sewilla. Miasto Sewilla jest oficjalną stolicą regionu.

Andaluzja jest krainą kontrastów. Występująca tam różnorodność krajobrazów i form ukształtowania powierzchni tworzy bogaty wachlarz obejmujący ciepłą dolinę Gwadalkiwiru, zalesione góry, wulkaniczne pejzaże pustyni Tabernas aż po ośnieżone szczyty

Sierra Nevada.

Dzisiejsza Andaluzja to nowoczesny region z dobrze rozwiniętą infrastrukturą, dynamiczną gospodarką i bogatą ofertą wyrobów i usług.



Władze Andaluzji

Andaluzja była czwartym regionem autonomicznym, który został wydzielony na administracyjnej mapie Hiszpanii, złożonej w chwili obecnej z 17 regionów autonomicznych. Statut Regionu został wprowadzony Ustawą 6/1981, która uznając historyczną odrębność i tożsamość Andaluzji, przyznała jej prawo do utworzenia rządu autonomicznego.

Władzę wykonawczą sprawuje Rada Ministrów, której przewodniczy Premier Autonomicznego Rządu Andaluzji (Junta de Andalucía).

Źródło: www.extenda.pl Corrida w Ubedzie.

2. TAPAS

Oliwki zakąskowe

Składniki:

- 25 oliwek zielonych
- 25 plasterków szynki
- 25 plasterków sera żółtego



Sposób przygotowania:

Każdą oliwkę zawinąć w plasterek sera żółtego i szynki, przekłuć wykałaczką. Wstawić do piekarnika rozgrzanego do 220° C. Zapiekać 10 minut.

Montaditos to małe kanapki bardzo popularne w Hiszpanii, serwowane nie tylko w barach tapas, lecz również w niektórych kawiarniach na ciepło i na zimno. Na kromkach pieczywa układa się przeróżne dodatki: grillowane warzywa, pikle, długo dojrzewające szynki, sery, chorizo, owoce morza.

Tost z oliwą i pomidorem

Składniki:

bagietka
oliwa z oliwek extra virgen
dojrzały pomidor
sól

Sposób przygotowania:

Bagietkę pokroić na podłużne kawałki i piec w piekarniku lub tosterze. Gorące tosty polać oliwą, położyć plaster pomidora, delikatnie posolić.

Grzanki z szynką serrano i karczochem

Składniki:

6 kromek bagietki
1 ząbek czosnku
oliwa
6 plastrów szynki serrano
6 grillowanych karczochów z oliwy
6 kawałków pieczonej papryki (bez skówki)
Wykałaczki

Sposób przygotowania:

Kromki opiekamy w tosterze lub na suchej patelni. Smarujemy przekrojonym zębkiem czosnku, układamy plaster szynki, karczocha i paprykę. Spinamy wykałaczką.

Grzanki z chorizo i papryką

Składniki:

6 kromek bagietki
aioli
18 plasterków chorizo
Pieczona papryka bez skórki
6 marynowanych pieczarek
6 oliwek
Wykałaczki

Sposób przygotowania:

Opieczone kromki smarujemy aioli, układamy chorizo, paprykę, pieczarki i oliwkę, spinamy wykałaczką.

Grzanki z tuńczykiem i oliwkami

Składniki:

6 kromek bagietki
1 puszka tuńczyka w sosie własnym
1 łyżka posiekanej drobno czerwonej cebuli
3-4 łyżeczki aioli
sól, pieprz
zielone oliwki.

Sposób przygotowania:

Tuńczyka odsączamy i rozdrabniamy. Dodajemy posiekaną cebulę, aioli, doprawiamy solą i pieprzem, na kromkach układamy pastę i oliwki

Sos Tapenade

Pyszne połączenie hiszpańskich oliwek ze świeżym czosnkiem, słonymi filecikami anchois i delikatnymi migdałami. Najlepsze jako samodzielna przystawka z grzankami lub jako dip do warzyw i sałatek.

Składniki:

½ szklanki migdałów bez skórki
1 szklanka zielonych oliwek
1 szklanka czarnych oliwek
2 ząbki czosnku
4 fileciki anchois
2 łyżeczki oliwy z oliwek
suszone oregano

Sposób przygotowania:

Zmilić migdały. Posiekać anchois, oliwki i czosnek, zmiksować w blenderze na gładką masę. Wymieszać z migdałami, oliwą i oregano. Podawać jako przystawkę z grzankami lub krakersami.

3. SAŁATKI

Sałatka z ciecierzycą i oliwkami

Składniki:

2 filiżanki ciecierzycy z puszki
2/3 filiżanki czarnych oliwek bez pestek
½ filiżanki pokrojonej w kostkę papryki
1/3 filiżanki pokrojonej cebulki dymki
¼ filiżanki posiekanej kolendry

1 łyżka oliwy z oliwek
1 ½ łyżki octu winnego
1 jajko na twardo
sól pieprz

Sposób przygotowania:

Wymieszać w misce ciecierzycę, oliwki, paprykę, dymkę i kolendrę. Dodać oliwę i ocet winny, następnie posiekane jajko na twardo, delikatnie wymieszać. Doprawić solą i pieprzem. Podawać w temperaturze pokojowej.

Ensalada Mixta

Składniki:

80g sałaty różnego rodzaju
1 jajko
4-5 szt. pomidorków koktajlowych
30g tuńczyka w zalewie
Oliwa, sól, pieprz

Sposób przygotowania:

Liście sałaty rozdrobnić na mniejsze kawałki. Jajko ugotować na twardo i zetrzeć na tarce o grubych oczkach. Pomidorki koktajlowe przekroić na pół. Sałatę ułożyć na talerzu, następnie odsączonego wcześniej tuńczyka. Posypać jajkiem i obłożyć pokrojonymi pomidorkami. Oprószyć delikatnie solą i pieprzem, polać oliwą z oliwek.

4. ZUPY

Gazpacho

Słynny hiszpański chłodnik na bazie pomidorów. Wywodzi się z Andaluzji, ale jest popularny w całej Hiszpanii. Bardzo orzeźwiająca bomba witaminowa.

Składniki:

1 kg pomidorów
1 papryka
1 cebula
1 ogórek
2 ząbki czosnku
1 filiżanka oliwy z oliwek Extra Virgen
2 łyżeczki octu winnego Jerez
sól, biały pieprz

Sposób przygotowania:

Pomidory sparzyć i obrać ze skórki. Wszystkie warzywa pokroić i zmiksować w blenderze. Dodać ocet winny i przyprawić solą i pieprzem. Nie wyłączając blendera dodać oliwę z oliwek. Podawać schłodzone, najlepiej z dodatkiem grzanek.

Salmorejo

Pyszny chłodnik, ma gęstsza konsystencję od słynnego gazpacho i podawany jest z różnymi dodatkami, np. jajkiem na twardo czy kawałkami szynki *Serrano*. Łatwy w przygotowaniu i bardzo sycący.

Składniki:

3 dojrzałe pomidory

100 g mięszu lekko czerstwej bułki
1 ząbek czosnku
150 ml oliwy z oliwek Extra Virgen
szczypta soli
1 łyżeczka octu winnego

Sposób przygotowania:

Obrać pomidory ze skórki. Zmiksować z bułką, czosnkiem, oliwą z oliwek, solą i octem winnym na gładką masę. Podawać mocno schłodzone. Przed podaniem można udekorować kawałkami szynki Serrano i połówkami jajek na twardo.

5. DANIA GŁÓWNE

Paella

Składniki (na 3 porcje):

- 150g ryżu okrągłozarnistego (np. arborio),
- 1 paczka (250g) mrożonej mieszanki owoców morza,
- ½ dużej czerwonej papryki,
- ½ dużej żółtej papryki,
- 1 duży, mięsisty pomidor,
- 2 zębki czosnku, 1 łyżeczka koncentratu pomidorowego,
- 1 płaska łyżeczka słodkiej papryki w proszku,
- 1/3 łyżeczki wędzonej papryki w proszku (opcjonalnie),
- 100ml białego wytrawnego lub półwytrawnego wina,
- ok. 400ml bulionu warzywnego,
- odrobina (na czubku noża) szafranu,



- sól morską,
- świeżo mielony pieprz,
- oliwa,
- natka pietruszki do posypania,
- cząstki cytryny do podania

Wywar:

Podstawą *paelli* jest bez wątpienia wywar, który nadaje jej charakterystyczny "morski" smak: najlepsze są resztki ryb, a oprócz nich do wywaru można dodać także marchewkę, cebulę, natkę pietruszki i kawałek pora.

Przygotowanie:

Owoce morza rozmrozić i osączyć na papierowych ręcznikach. Szafran zalać 3-4 łyżkami wrzątku i odstawić. Papryki pokroić w niedużą kostkę. Pomidora sparzyć, obrać, usunąć pestki, a miąższ pokroić w kostkę podobnej wielkości.

Na patelni rozgrzać 2 łyżki oliwy i wrzucić papryki. Smażyć na małym ogniu około 3 minuty, od czasu do czasu mieszając. Dodać przeciśnięty przez praskę czosnek, smażyć 15 sekund, po czym dodać pomidora i smażyć jeszcze 2 minuty. Dodać koncentrat pomidorowy, paprykę w proszku słodką i wędzoną, wlać wino, wymieszać i gotować 3 minuty. Wsypać ryż i mieszając, smażyć przez minutę. Wlać wodę z szafranem i 400ml bulionu, wymieszać tylko raz i całość gotować na niezbyt dużym ogniu przez 8 minut, już nie mieszając składników. Po tym czasie dodać owoce morza, ale nie mieszać ich z ryżem. Gdyby ilość bulionu okazała się za mała, można dolać jeszcze nieco wody. Patelnię przykryć pokrywką lub kawałkiem folii aluminiowej i gotować na małym ogniu jeszcze 5-6 minut. Ryż powinien być lekko twardawy (*al dente*). Zdjąć z ognia i odstawić na 2-3 minuty, następnie zdjąć pokrywkę.

Paellę skropić oliwą, posypać posiekaną natką pietruszki i obłożyć cząstkami cytryny. Podawać od razu.

Empanadas

Składniki (10 pierogów lub 1 ciasto)

300g mąki pszennej

150 ml gorącej wody

Sól

100g oliwy

1 jajko

Ewentualnie gotowe ciasto francuskie

Farsz:

400 g mielonego mięsa (może być każde)

1 cebula

3 pomidory

3 ząbki czosnku

1 bakłażan lub cukinia

Tymianek, oregano, sól, pieprz

Sposób przygotowania:

Wyrobić ciasto francuskie i schłodzić w lodówce. Rozgrzać oliwę i wrzucić do niej cebulę, następnie mięso i na końcu czosnek. Sparzyć pomidory, obrać ze skórki a następnie pokrojone w kostkę dodać do mięsa. Przyprawić.

Piekarnik rozgrzać do 180° C, blaszkę do pieczenia posmarować oliwą. Ciasto wyjąć z lodówki, podzielić na 2 części i rozwałkować na kształt blaski. Wyłożyć 1 ciasto, farsz i przykryć 2. Dokładnie skleić boki. W misce roztrzepać jajko i posmarować pędzelkiem. Piec ok 30 min.

Empanadę można formować również w postaci dużych, okrągłych pierogów.

Tortilla de patatas

Składniki: (8 porcji)

8-10 jajek
4-5 ziemniaków
 $\frac{1}{2}$ cebuli
Oliwa z oliwek
Sól, pieprz



Sposób przygotowania:

Cebulę kroimy w kostkę i podsmażamy na patelni, aż się przyrumieni. Ziemniaki kroimy w kostkę i wrzucamy do gorącej oliwy. Następnie wbijamy jajka do miski i lekko roztrzepujemy. Usmażone ziemniaki osuszamy na ręczniku papierowym. Łączymy wszystkie składniki w misce i doprawiamy solą i pieprzem. Masę wylewamy na rozgrzaną patelnię polaną odrobiną oliwy, przykrywamy na ok 5-8 min i za pomocą dużego talerza odwracamy na drugą stronę do ścięcia wierzchu tortilli.

Flamenquin cordobes

Składniki na 4 porcje:

2 polędwiczki wieprzowe
4 plastry szynki długo dojrzewającej
ser owczy Manchego pokrojony w słupki (4 kawałki) lub 15 g parmezanu
szczypta wędzonej papryki
1 jajko

bułka tarta
2 pomidory pokrojone w kostkę
1 cebula czerwona drobno pokrojona
szczypta płatków chilli
1 łyżka hiszpańskiego octu Jerez
oliwa z oliwek
sól i pieprz

Sposób przygotowania:

Przygotuj salsę - wymieszaj pomidory, cebulę, ostrą papryczkę chilli, ocet, oliwę z oliwek i dopraw solą. Przygotuj flamenquin - pokrój wzdłuż polędwiczki i rozbij młotkiem, by je spłaszczyć. Dopraw je solą. Na każdy plaster polędwiczki połóż szynkę i kawałek sera, zroluj je. Następnie obtocz każdą polędwiczkę w roztrzepanym jajku, potem w bułce tartej i podsmaż kilka minut na głębokim tłuszczu rozgrzanym do 175 stopni. Wyciągnij i osącz z tłuszczu na papierowym ręczniku. Serwuj z ziemniakami i salsą.



6. DESERY

Churros con chocolate

Mieszkańcy Ubedy z samego rana udają się do lokalów zwanych *caffe churrería*, gdzie mogą delektować się churros maczając je w gorącej czekoladzie, czasem kawie.

Składniki:

- 200 ml wody
- skórka otarta z $\frac{1}{2}$ cytryny



i z $\frac{1}{2}$ pomarańczy

- 6 łyżek masła
- szczypta soli
- 120 g mąki pszennej
- 1/2 łyżeczki cynamonu
- 2 jajka

Dodatkowo:

- olej do smażenia
- 1/3 szklanki cukru wymieszanego z łyżeczką cynamonu – do posypania gotowych churros

Sposób przygotowania:

W garnku umieszczamy wodę z masłem, szczyptą soli i skórkami cytrusowymi. Zagotowujemy. Zdejmujemy z ognia, dodajemy mąkę z cynamonem i energicznie mieszamy drewnianą łyżką, aż osiągnie konsystencje puree ziemniaczanego. Czekamy 10 minut, aż trochę przestygnie, co jakiś czas mieszając masę. Następnie dodajemy pojedynczo jajka, mieszając tak długo, aż masa będzie gładka. Przekładamy gotowe **ciasto** do rękawa cukierniczego i wyciskamy kawałki o długości ok. 10 cm prosto do gorącego oleju i smażymy na złoty kolor z każdej strony. Posypujemy cukrem i podajemy z gorącą **czekoladą**.

Gorąca czekolada:

- 500 ml mleka skondensowanego niesłodzonego
- 2 tabliczki gorzkiej **czekolady** połamanej na małe kawałki
- Umieszczamy składniki w rondelku i na bardzo małym ogniu podgrzewamy, mieszając cały czas do momentu roztopienia **czekolady**.

Flan - hiszpańska odpowiedź na crème brulee

Składniki dla 6 osób:

- 600ml tłustego mleka
- 3 całe jajka i 2 żółtka
- 1 laska wanilii (lub pół łyżeczki esencji waniliowej)
- 6 łyżek cukru + 6 łyżek cukru aby przygotować karmel



Przygotowanie karmelu:

W niewielkim rondlu o grubym dnie umieszczamy 6 łyżek cukru i podgrzewamy na małym ogniu aż cukier się skarmelizuje (nie mieszamy cukru łyżką, aby w karmelu nie utworzyły się twarde kryształki cukru). Gorący karmel przelewamy do 6 małych foremek i rozprowadzamy karmel po dnie naczynek (potrzebna jest szybkość aby karmel nie zastygł, możemy też zamiast użyć 6 małych foremek wykorzystać 1 dużą).

Aby usunąć resztki stwardniałego karmelu z rondla w którym go przygotowywaliśmy, wypełniamy go wodą i doprowadzamy ją do wrzenia.

Przygotowanie kremu:

Zagotowujemy mleko razem z ziarenkami wyskrobanymi z laski wanilii i odstawiamy je do ostygnięcia. Ubijamy mikserem pozostały cukier razem z jajkami, a następnie dolewamy ostudzone mleko z ziarenkami wanilii i przelewamy masę do foremek. Foremki układamy w większej blasze do pieczenia, którą wypełniamy wrzątkiem do połowy wysokości naczynek do zapiekania flanu. Całość umieszczamy w piekarniku i pieczemy 45 minut w temperaturze 170' C.

Flan najlepiej podawać schłodzony - przesuwamy nożem dookoła wewnętrznej krawędzi foremki, przykrywamy ją talerzykiem i energicznie odwracamy, aby karmel z dna naczynka znajdował się na górze deseru. Możemy podać go z czymkolwiek np. z truskawkami lub innymi owocami.

7. SŁOWNICZEK KULINARNY

Acebuche - drzewo oliwne, uprawiane w regionie Morza Śródziemnego

Aceite extra virgen - oliwa z oliwek extra z pierwszego tłoczenia

Aceite virgen - oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia.

Aceituna - oliwka

Ajoblanco - tradycyjny chłodnik podawany głównie w Maladze oraz Grenadzie, robiony z chleba, migdałów, oliwy, czosnku z dodatkiem przypraw

Alcachofas - karczochy

Amontillado - rodzaj wina z Jerez, charakteryzuje się bursztynowym kolorem, zdecydowanym bukietem z nutą migdałową, wytrawnym i trwałym smakiem. Zawartość alkoholu wynosi od 16% do 22%. Doskonałe do bulionów, zup, białych mięs, ryb, dojrzałych serów

Anchoa - anchois

Azafrán - szafran

Bacalao - dorsz

Bodega - winnica



Botijo - tradycyjny gliniany dzban służący do picia wody w upalne dni, używany głównie w Andaluzji oraz innych regionach Morza Śródziemnego

Caballa - makrela

Calamar - kałamarnica

Catavinos - kieliszek do Sherry

Chorizo - suszona na surowo pikantna kiełbasa z wieprzowiny z dodatkiem przypraw, w szczególności ostrej papryki. Nie jest poddawana obróbce cieplnej. Chorizo suszy się przez 4-5 miesięcy w surowej postaci, dzięki czemu zachowuje wszystkie wartości odżywcze.

Churros con chocolate - tradycyjna hiszpańska słodka przekąska, składająca się z precelków maczanych w gorącej czekoladzie

Clara - piwo z dodatkiem oranżady, idealne na upalne dni

Cortador de jamón - osoba zajmująca się krojeniem szynki Jamón

Gamba - krewetka

Gazpacho - tradycyjny andaluzyjski chłodnik, przygotowywany ze świeżych warzyw (pomidorów, papryki, czosnku, cebuli, ogórka), idealny na upalne dni

Gordal - odmiana oliwek, w Polsce występujących pod nazwą Królewskie, charakteryzujących się owocami o dużym sercowatym kształcie oraz mocnym, wyrazistym smaku

Jamón ibérico - rodzaj szynki pochodzącej z Andaluzji, charakteryzującej się niskim poziomem soli, który wydobywa wspaniały aromat i słodki smak mięsa. Szynki te mają charakteryzują się dużą zawartością białka, witaminy B1 i B6 oraz minerałów: miedzi, żelaza i fosforu.

Jamón serrano - szynka Serrano jest bogatym źródłem białka (zawiera aż 50% więcej białka niż świeże mięso), witamin z grupy B i minerałów: żelaza, cynku, potasu, wapnia i fosforu. Ponadto, reguluje procesy metaboliczne i wspomaga działanie systemu nerwowego. Obecność kwasu oleinowego, który występuje również w oliwie z oliwek, wpływa znacząco na wzrost stężenia dobrego

cholesterolu (HDL) i na obniżenie stężenia złego cholesterolu (LDL).

Jerez - wino Sherry pochodzące z miasta Jerez leżącego w Andaluzji

Langostino - langusta

Litrona - litrowa butelka piwa

Lomo - kawałki szynki z mięsa wieprzowego, suszonego na słońcu

Manzanilla:

- rodzaj wina z Jerez o słomkowym kolorze, zdecydowanym, ale delikatnym bukicie, ze słonawą nutą, wytrawnym i łagodnym smaku; pochodzi wyłącznie z piwnic położonych w Sanlúcar de Barrameda. Nadaje się do bulionów, orzechów i bakalii, szynki i innych przekąsek.
- rumianek

Mariscos - owoce morza

Merluza - morszczuk

Montaño - mała kanapka z różnymi dodatkami, podawana do napojów w Andaluzji

Morcón - rodzaj wołowiny z Andaluzji

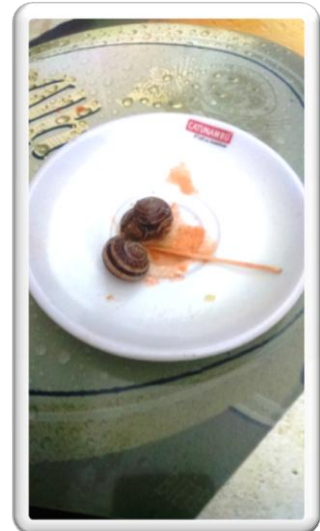
Moscatel - rodzaj słodkiego wina produkowanego ze szczepu Muscat

Orujo - likier produkowany z miąższu winogron, którego zawartość alkoholu wynosi ponad 50%

Paella - tradycyjne danie hiszpańskie, przygotowywane na bazie ryżu z dodatkiem owoców morza, mięsa oraz warzyw, serwowane głównie w regionie Morza Śródziemnego

Pata Negra - popularna nazwa szynki (jamón) produkowanej wyłącznie w Hiszpanii

Polvorones, Alfajores, Mantecados - tradycyjne andaluzyjskie słodkie pieczywo, przygotowywane na bazie mąki, mleka, cukru oraz orzechów



Potaje - tradycyjne danie hiszpańskie przyrządzane na bazie gotowanych warzyw z dużą ilością wody. W Hiszpanii istnieje niezliczona ilość odmian tej potrawy, jej składniki zależą od dostępnych warzyw oraz regionalnych tradycji kulinarnych.

Pringá - tradycyjny rosół podawany w Andaluzji oraz innych regionach Hiszpanii

Puchero Andaluz - andaluzyjska odmiana potrawy Pringa, przygotowywana na bazie rosółu wołowo-wieprzowo-drobiowego z dodatkiem warzyw, głównie groszku oraz ziemniaków

Pulpo - ośmiornica

PX - Pedro Ximenez, wino w kolorze ciemno mahoniowym i głębokim bukietem suszonych winogron. Wykwintny, słodki smak; produkowane z podsuszanych na słońcu winogron gatunku Pedro Ximénez. Dobre do pasztetów, deserów i niebieskich serów. Podawać schłodzone do temperatury od 7°C do 9°C.

Rebujito - tradycyjny andaluzyjski napój alkoholowy, mieszanka wina Manzanilla i napojów gazowanych typu Sprite

Salchichón - suszona na surowo kiełbasa z wieprzowiny z dodatkiem przypraw. W odróżnieniu od chorizo, nie dodaje się do niej papryki, lecz inne przyprawy, takie jak pieprz, gałka muszkatołowa czy goździki. Nie jest poddawana obróbce cieplnej, suszy się w surowej postaci.

Salmorejo - kremowa zupa, podawana głównie w Kordowie, przygotowywana na bazie pomidorów, chleba, czosnku oraz oliwy

Sangría - tradycyjny napój alkoholowy, na bazie wina z dodatkiem owoców, soków oraz mocniejszych trunków, np. rumu

Tapas - małe przekąski (sery, oliwki, jamón) serwowane razem z napojami w Hiszpanii. Nazwa pochodzi od hiszpańskiego słowa tapar (przykrywać), ponieważ dawniej istniał zwyczaj przykrywania kieliszka wina np. plasterkiem kiełbasy, aby do środka nie wpadały muchy.

Tinto de verano - chłodzący napój alkoholowy będący mieszanką wina oraz oranżady, podawany latem

Torrija - tosty smażone na jajku, z dodatkiem miodu, cukru lub cynamonu, typowa słodka przekąska podawana w okresie karnawału

Tortilla - tradycyjny hiszpański omlet. Podstawowymi składnikami są jajka, ziemniaki oraz cebula, ale jest wiele regionalnych odmian tortilli, zawierających różne dodatki.

Turrón - tradycyjny hiszpański wyrób cukierniczy, produkowany na bazie nugatu z różnymi dodatkami, głównie migdałami i orzechami. Stanowi typową przekąskę bożonarodzeniową.

Vinagre - ocet winny

