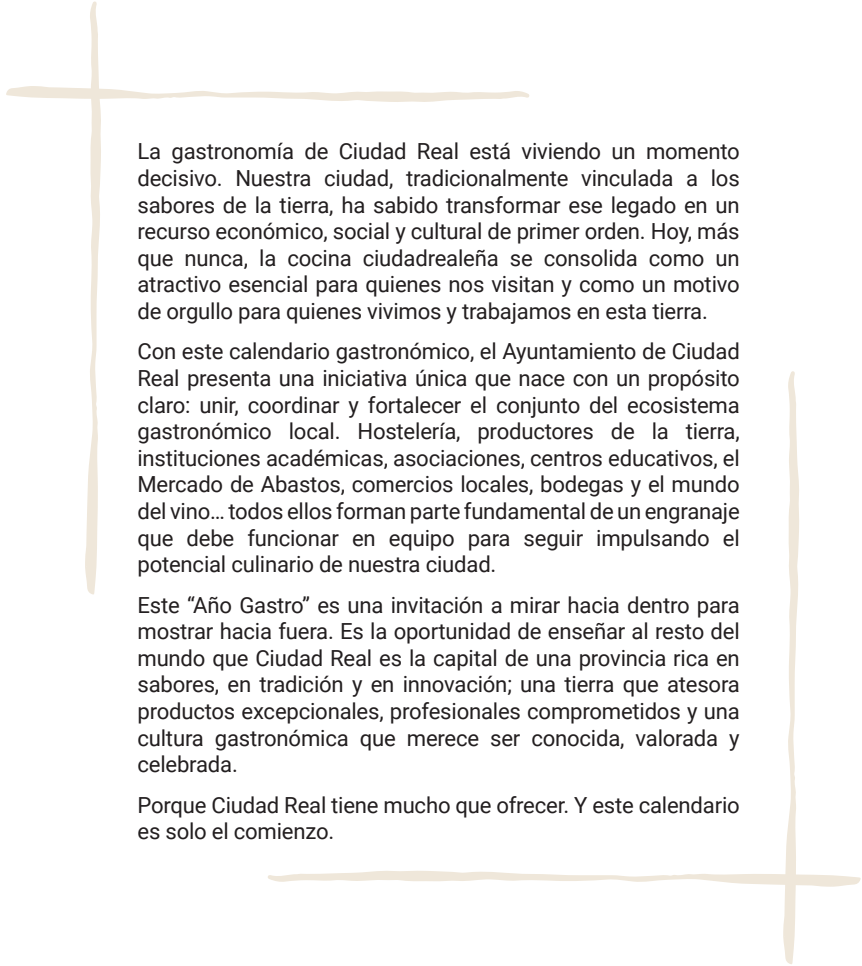




CIUDAD REAL

CALENDARIO GASTRONÓMICO 2026





La gastronomía de Ciudad Real está viviendo un momento decisivo. Nuestra ciudad, tradicionalmente vinculada a los sabores de la tierra, ha sabido transformar ese legado en un recurso económico, social y cultural de primer orden. Hoy, más que nunca, la cocina ciudadrealeña se consolida como un atractivo esencial para quienes nos visitan y como un motivo de orgullo para quienes vivimos y trabajamos en esta tierra.

Con este calendario gastronómico, el Ayuntamiento de Ciudad Real presenta una iniciativa única que nace con un propósito claro: unir, coordinar y fortalecer el conjunto del ecosistema gastronómico local. Hostelería, productores de la tierra, instituciones académicas, asociaciones, centros educativos, el Mercado de Abastos, comercios locales, bodegas y el mundo del vino... todos ellos forman parte fundamental de un engranaje que debe funcionar en equipo para seguir impulsando el potencial culinario de nuestra ciudad.

Este "Año Gastro" es una invitación a mirar hacia dentro para mostrar hacia fuera. Es la oportunidad de enseñar al resto del mundo que Ciudad Real es la capital de una provincia rica en sabores, en tradición y en innovación; una tierra que atesora productos excepcionales, profesionales comprometidos y una cultura gastronómica que merece ser conocida, valorada y celebrada.

Porque Ciudad Real tiene mucho que ofrecer. Y este calendario es solo el comienzo.

ASOCIACIÓN PROVINCIAL DE EMPRESARIOS DE HOSTELERÍA Y TURISMO DE CIUDAD REAL

Casi cinco décadas impulsando la hostelería y el turismo en Ciudad Real

La Asociación Provincial de Empresarios de Hostelería y Turismo de Ciudad Real constituye, desde hace casi medio siglo, uno de los principales pilares de representación y apoyo al sector hostelero y turístico de la provincia. Fundada en 1977, la asociación nació gracias al impulso de un grupo de empresarios visionarios que entendieron la necesidad de unir esfuerzos para defender intereses comunes, profesionalizar la actividad y dar voz a un sector clave para la economía y el empleo provincial.

Desde sus orígenes, la asociación ha ejercido como interlocutor de referencia ante las administraciones públicas, promoviendo el diálogo social y la colaboración público-privada. Durante sus primeras décadas, sentó las bases de una estructura asociativa sólida, capaz de agrupar a bares, restaurantes, alojamientos, empresas de ocio y servicios turísticos, contribuyendo a la cohesión del sector en toda la provincia.

Con el paso del tiempo, la Asociación Provincial de Empresarios de Hostelería y Turismo de Ciudad Real ha sabido adaptarse a los cambios económicos, sociales y normativos, ampliando su ámbito de actuación. La formación profesional, la mejora de la cualificación del personal, la promoción de la calidad en el servicio y el asesoramiento a las empresas asociadas se han convertido en ejes fundamentales de su actividad.

Un aspecto especialmente relevante de su trayectoria es la estrecha y constante colaboración con el Ayuntamiento de Ciudad Real, fundamental en el desarrollo y consolidación de la promoción gastronómica y turística de la ciudad. De manera conjunta, ambas entidades han impulsado iniciativas destinadas a poner en valor la cocina local, los productos de la tierra y la identidad gastronómica como elementos diferenciadores del destino Ciudad Real.

Hoy, la Asociación Provincial de Empresarios de Hostelería y Turismo de Ciudad Real continúa mirando al futuro sin perder de vista su esencia: defender, representar y acompañar a los empresarios hosteleros y turísticos de la provincia.



ACADEMIA CASTELLANO-MANCHEGA DE GASTRONOMÍA

La Academia Castellano-Manchega de Gastronomía nació en 1994 como Asociación Cultural, impulsada por un grupo de especialistas y entusiastas del mundo gastronómico con el objetivo de estudiar, divulgar y proteger el patrimonio gastronómico de Castilla-La Mancha.

Desde sus inicios, la Academia ha contado con destacados profesionales de la gastronomía regional y nacional como Académicos de Número y de Honor, desarrollando trabajos que se han convertido en referencia para otras instituciones y actuando como embajadores de la cocina castellano-manchega dentro y fuera de España.

En octubre de 2019, la entidad dio un paso decisivo en su evolución institucional al constituirse formalmente como Academia científica, artística y literaria de la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha, reforzando su carácter académico y consultivo.

Entre sus iniciativas más relevantes se encuentran la divulgación cultural de la gastronomía, la colaboración con las administraciones públicas y el reconocimiento del talento a través de los Premios Culinarios "Broches Gastronómicos", que distinguen trayectorias y aportaciones destacadas al prestigio de la cocina regional.

Desde 2023, la Academia mantiene además una estrecha colaboración con el Ayuntamiento de Ciudad Real, participando en labores de asesoramiento y apoyo a acciones gastronómicas, contribuyendo a la proyección cultural y turística de la ciudad y de Castilla-La Mancha.



CALENDARIO

GASTRONÓMICO 2026

ENERO

MES DE LA COCINA DEL QUIJOTE

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

FEBRERO

MES DEL PISTACHO

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | |

JULIO

MES DEL MELÓN DE LA MANCHA

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

AGOSTO

MES DEL AZAFRÁN

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | | | | | | |

MARZO

MES DEL PAN DE CRUZ DE CIUDAD REAL

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

ABRIL

MES DE LAS LEGUMBRES

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |

SEPTIEMBRE

MES DE LA CARNE DE CAZA

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | | | | |

OCTUBRE

MES DEL VINO

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

MAYO

MES DEL QUESO MANCHEGO

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

JUNIO

MES DE LOS PRODUCTOS DE LA HUERTA MANCHEGA

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

NOVIEMBRE

MES DEL ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | | | | | | |

DICIEMBRE

MES DEL CORDERO MANCHEGO

| L | M | X | J | V | S | D |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |



MES DE LA COCINA DEL QUIJOTE

La cocina del Quijote en Ciudad Real es la máxima expresión de la gastronomía manchega tradicional, basada en los platos que Miguel de Cervantes immortalizó en su obra: Duelos y Quebrantos, tiznao, pisto y asadillo manchego, gachas, migas o carne de caza.

No podríamos comenzar mejor este calendario que homenajeando esta cocina tradicional y sencilla, que se mantiene viva a través de recetas fundamentales que se sirven en nuestros bares y restaurantes.

Es una cocina que fusiona el legado literario con la excelencia de productos reconocidos con D.O.P. (Denominación de Origen Protegida) e I.G.P. (Indicación Geográfica protegida), consolidando a la capital como referente del turismo gastronómico manchego.

Actividades:

- **16/01/2026 y 17/01/2026** (viernes y sábado) – Festividad de San Antón. Quemada de una hoguera en la Plaza de Santiago, bendición de los animales y reparto de las "Caridades de San Antón", dulce tradicional elaborado por la Hermandad ciudadrealeña de San Antón.

- **18/01/2026** (domingo) – Cata maridada de vinos de autor volcánicos "La Encomienda", en la Abacería Manchega (C/ Borja, 8)

- **Del 21/01/2026 al 25/01/2026:** Presencia de Turismo de Ciudad Real en la Feria Internacional del Turismo (Fitur 2026). El domingo, 25 de enero, será el día de Ciudad Real, dentro del stand de Turismo de Castilla La Mancha.

- **Del 26/01/2026 al 28/01/2026:** Stand de Saborea Ciudad Real dentro del Congreso Internacional de Gastronomía Madrid Fusión 2026, con la presentación de un vídeo de promoción de la gastronomía de Ciudad Real, diferentes talleres gastronómicos, catas comentadas, menú maridado y presentaciones de productos en el stand.

Efemérides curiosas:

05/01/2026: Día Internacional de la Crema Batida o Nata Montada

12/01/2026: Día Mundial del Chicle

16/01/2026: Día Internacional de la Croqueta

22/01/2026: San Vicente Mártir. Patrón de los Viticultores y Bodegueros

27/01/2026: Día Mundial de la Tarta de Chocolate

29/01/2026: San Valero. Patrón de los Catadores y Sumilleres

30/01/2026: Día Internacional del Croissant

Duelos y Quebrantos

Receta tradicional de La Mancha cuya historia está estrechamente ligada a la figura de Miguel de Cervantes y su obra cumbre, El ingenioso hidalgo don Quijote de la Mancha, donde se menciona en las primeras líneas de la novela como parte de la dieta habitual de Alonso Quijano.

El nombre de "duelos" alude al dolor de los judíos y musulmanes conversos al comer cerdo y al "quebranto" de sus leyes religiosas. También se refiere al pesar del pastor por el animal accidentado o quebrantado.

En origen, este plato se elaboraba con tocino, sesos, carne acecinada y huevos. Con el tiempo, este plato ha ido variando y modificándose según lo gustos más actualizados, desechándose los sesos y añadiéndole chorizo.

Instrucciones

1. Preparar las carnes: Corta la panceta y el chorizo en dados pequeños o trozos medianos. No es necesario añadir mucha sal inicialmente, ya que estos productos ya son salados.
2. Freír las carnes: En una sartén grande y profunda, calienta un poco de AOVE. Añade la panceta y fríela a fuego medio hasta que esté bien dorada y crujiente, soltando su grasa. Incorpora después el chorizo y cocina hasta que también esté hecho y haya teñido la grasa de la sartén con su color rojo característico. Retira el exceso de grasa si lo consideras necesario, dejando la suficiente para freír los huevos y que el plato no quede aceitoso en exceso.
3. Preparar los huevos: En un bol aparte, bate los huevos ligeramente con una pizca de sal y pimienta
4. Hacer el revuelto: Vierte los huevos batidos en la sartén, sin dejar de batir, y cuando esté a medio cuajar, añadimos los tropezones de chorizo y panceta. Con una cuchara de madera o espátula, remueve constantemente a fuego bajo-medio. La clave es que los huevos cuajen, pero que queden cremosos y jugosos (es un revuelto, no una tortilla seca). El punto de cocción es al gusto del comensal.
5. Servir: Retira inmediatamente del fuego y sirve bien caliente. Se suele acompañar, como aperitivo, con pequeñas rebanadas de Pan de Cruz frita en AOVE. Como plato principal, nada mejor que una buena rebanada de Pan de Cruz, acompañado de una copa de vino tinto de alguna de nuestras bodegas.

Ingredientes

(para 4 personas):

400 gr. de panceta de cerdo (tocino entreverado)

200 gr. de chorizo curado tipo sarta (a ser posible de la zona)

8 huevos grandes

Aceite de oliva virgen extra (AOVE)

Sal y pimienta

Pan de Cruz de Ciudad Real, para acompañar

Receta elaborada por el cocinero
Jesús Moreno Cid,
del Restaurante La Pérbola
(Parque de Gasset, s/n. Ciudad Real)





MES DEL PISTACHO

Ciudad Real se ha consolidado como el epicentro del pistacho en España, gracias a un clima de veranos calurosos e inviernos fríos, ideal para este cultivo. En 2026, la provincia lidera la producción nacional, impulsada por centros de investigación pioneros como El Chaparrillo, que han perfeccionado variedades como la Kerman y la Sirora.

Considerado el "oro verde" por su alta rentabilidad, el sector ha transformado la economía local con la creación de plantas de procesado de última generación y empresas de asesoramiento integral. Su expansión destaca por la sostenibilidad, siendo la mayoría de las plantaciones de cultivo ecológico.

Actividades:

- **Del 14/02/2026 al 22/02/2026:** Carnavales de Ciudad Real
- **21/02/2026:** Taller de cocina para niños "Cocinando con pistachos" a cargo de Inigual. Delivery & Bakery, en el Antiguo Casino
- **Visita divulgativa a un campo de pistachos** para familias
- **Cata especializada:** pistacho en repostería, cocina salada y maridajes.

Efemérides curiosas:

- 03/02/2026: Día Mundial de la Zanahoria
- 09/02/2026: Día Internacional de la Pizza
- 10/02/2026: Día Mundial de las Legumbres
- 17/02/2026: Nuevo Año Chino
- 26/02/2026: Día Mundial del Pistacho



Pastas Manchegas de pistacho

Esta receta se basa en las pastas o mantecados tradicionales manchegos, pero sustituyendo la almendra por el pistacho local.

Instrucciones

1. Moler los pistachos: Tritura los pistachos crudos y pelados en una batidora o procesador de alimentos hasta obtener una pasta homogénea o un polvo muy fino. Reserva.
2. Mezclar ingredientes secos: En un bol grande, mezcla la harina, el azúcar glas, la canela y la sal.
3. Integrar la grasa y los pistachos: Añade la manteca de cerdo pomada (blanda) y la pasta de pistacho molido a los ingredientes secos. Mezcla bien con las manos o una batidora de varillas hasta conseguir una textura arenosa pero que se una.
4. Añadir las yemas: Incorpora las yemas de los 6 huevos una a una, mezclando bien después de cada adición hasta que se integren completamente.
5. Montar las claras: Bate las claras de huevo a punto de nieve firme en un recipiente aparte.
6. Unir la mezcla: Incorpora las claras montadas a la mezcla principal con movimientos suaves y envolventes para que no se bajen. La masa debe quedar cremosa.
7. Hornear: Precalienta el horno a 180°C. Vierte la masa en moldes pequeños para pastas o en un molde grande para bizcocho (previamente engrasado).
8. Cocinar: Hornea durante aproximadamente 25-30 minutos, o hasta que las pastas estén doradas y, al insertar un palillo, este salga limpio.
9. Enfriar: Deja enfriar las pastas en una rejilla antes de desmoldar y consumir.

Ingredientes

250 gr de pistachos manchegos crudos pelados

250 gr de azúcar glas

250 gr de harina

200 gr de manteca de cerdo (a temperatura ambiente)

6 huevos (separadas claras y yemas)

2 cucharaditas de canela en polvo

Una pizca de sal

Receta elaborada por el pastelero
Juan Cruz,
de la Abacería Manchega
(Borja, 8. Ciudad Real)





MES DEL *PAN DE CRUZ* DE CIUDAD REAL

El Pan de Cruz de Ciudad Real es un emblema de la gastronomía manchega, protegido desde 2007 por una Indicación Geográfica Protegida (IGP) que garantiza su calidad artesanal. Se caracteriza por ser una hogaza de trigo candeal, de corteza lisa y fina, con dos cortes perpendiculares en forma de cruz que le dan nombre.

Su miga es blanca, densa y muy consistente, lo convierte en el compañero perfecto para platos tradicionales como las gachas, las migas o el pisto manchego. En 2026, su producción sigue ligada a métodos tradicionales que aseguran su durabilidad y sabor único, siendo un referente de identidad en toda la provincia de Ciudad Real.

La Asociación Provincial de Panaderías y Pastelerías de Ciudad Real (AFEXPAN) son los encargados de proteger y promocionar este producto, uno de los emblemas de la gastronomía de nuestra provincia. Fue el 17 de agosto de 2009, gracias a la iniciativa de Afexpan, cuando la Comisión Europea otorgó la Indicación Geográfica Protegida (IGP) al Pan de Cruz de Ciudad Real.

Actividades:

- **II Jornadas de Panadería de Ciudad Real**
 - **Del 27/03/2026** (Viernes de Dolores) **al 05/04/2026** (Domingo de Resurrección)
 - **Semana Santa de Ciudad Real**, declarada Fiesta de Interés Turístico Nacional.
- Durante estos días, presentamos **ENCUENTRO DE PASIONES**, con ruta de Tapas de Cuaresma, Platos de Vigilia y Dulces Santos
- **Concurso de Torrijas** elaboradas con Pan de Cruz de Ciudad Real
 - **Desayuno saludable con Pan de Cruz** de Ciudad Real, en el mercado de abastos
 - **Cata maridada de panes de sabores**, en el Antiguo Casino
 - **Elaboración del folleto**: Dónde puedo encontrar El Pan de Cruz de Ciudad Real
 - **Promoción del Pan de Cruz** de Ciudad Real en nuestros restaurantes
 - **Taller para niños**: 'Hacemos nuestro Pan de Cruz', en el Antiguo Casino.

Efemérides curiosas:

- 07/03/2026: Día Mundial de los Cereales
- 09/03/2026: Día Mundial de la Tortilla de Patatas
- 20/03/2026: Día Mundial de la Harina
- 22/03/2026: Día Mundial del Agua
- 27/03/2026: Día Mundial del Queso
- 30/03/2026: Día Internacional de Cero Desech

Migas Manchegas con Pan de Cruz de Ciudad Real

Este plato es contundente y tradicionalmente se prepara en una sartén grande (a menudo de hierro).

Instrucciones

1. Preparar el pan: La noche anterior, corta el pan en rebanadas finas o dados pequeños. Colócalos en un recipiente grande, rocíalos con agua templada salada (sin que queden empapados, solo húmedos) y cúbrelos con un paño húmedo. Deja reposar toda la noche para que el pan se asiente y se humedezca uniformemente.
2. Freír los acompañamientos: En una sartén grande (o caldero), calienta un buen chorro de aceite de oliva. Fríe la panceta cortada en tiras y el chorizo en rodajas hasta que estén dorados y crujientes. Retíralos y resérvalos, dejando el aceite en la sartén.
3. Aromatizar el aceite: En el mismo aceite, añade los dientes de ajo pelados y ligeramente machacados. Fríelos hasta que desprendan su aroma y estén dorados.
4. Cocer las migas: Incorpora el pan humedecido a la sartén. Remueve constantemente a fuego medio-bajo con una espumadera o cuchara de madera, deshaciendo los trozos grandes. Este proceso lleva tiempo (unos 20-30 minutos) y requiere paciencia hasta que las migas estén sueltas y doradas.
5. Servir: Una vez que las migas estén listas, incorpora de nuevo la panceta y el chorizo reservados para calentarlos. Sirvelas inmediatamente, tradicionalmente acompañadas de uvas, melón o pimientos fritos.

Ingredientes

(para 4 personas, platos generosos):

1 kg de Pan de Cruz de Ciudad Real (del día anterior o asentado)

200-300 gr de panceta de cerdo (tocino)

100 gr de chorizo manchego

4-5 dientes de ajo

Aceite de oliva virgen extra

Agua templada con sal (para humedecer el pan)

Sal al gusto

Receta elaborada por la
Hermandad de Pandorgos
de Ciudad Real





MES DE LAS **LEGUMBRES**

Las legumbres de Ciudad Real son un pilar fundamental de la dieta mediterránea y la agricultura local. Destacan especialmente los garbanzos del Campo de Calatrava, cultivados en suelos de origen volcánico, que les confieren una textura mantecosa y un sabor excepcional, siendo esenciales en el tradicional cocido manchego. Las almortas son una legumbre muy tradicional de la zona, que con su harina se elabora las emblemáticas gachas manchegas de almortas o pitos.

Cabe también destacar las Judías Pinesas de Malagón que, gracias a una asociación de agricultores locales, apoyados por el ayuntamiento de Malagón, están siendo cada vez más reconocidas. No podemos olvidar los Garbanzos de Alcolea de Calatrava.

El cultivo de todas nuestras legumbres, dentro del recientemente reconocido por la Unesco Geoparque Volcanes de Calatrava-Ciudad Real, mantiene viva una herencia agrícola que prioriza el sabor y la calidad nutricional sobre la cantidad.

Actividades:

- Del 23/04/2026 al 26/04/2026: Feria de Abril de Ciudad Real
- 30/04/2026: Cruces de Mayo
- Exposición de legumbres de la zona en el Mercado de Abastos.
- Cata maridada de guisos tradicionales con vinos de la provincia.
- Conferencia: "Los beneficios de las legumbres en la salud", en el Antiguo Casino, a cargo de Aitor Sánchez, nutricionista y miembro de la Academia de Gastronomía de Castilla La Mancha.

Efemérides curiosas:

- 01/04/2026: Día Mundial del Huevo
- 07/03/2026: Día Mundial de la Salud
- 12/03/2026: Día Mundial del Sándwich Mixto
- 19/04/2026: Día Mundial del Ajo
- 24/04/2026: Día Mundial del Perrito Caliente
- 27/04/2026: Día Mundial de la Gastronomía Sostenible



Puchero de judías pinesas con oreja y chorizo

La judía pinesa de Malagón es una legumbre autóctona de la zona, muy apreciada por su pequeño tamaño, forma arriñonada y textura mantecosa y suave al paladar. Una característica importante es que, a diferencia de otras judías, no necesita remojo previo antes de la cocción y se cuece con relativa rapidez sin deshacerse.

Ingredientes

(para 4 personas):

400 gr de judía pinesa de Malagón

250 gr de oreja de cerdo ibérico (limpia y troceada)

100 gr de panceta (tocino) en trozos

1 chorizo manchego, en rodajas

1 cebolla morada (o blanca)

2 zanahorias, peladas y en rodajas

2 puerros (solo la parte blanca, limpios)

1 cabeza de ajos entera, con piel

2 hojas de laurel

Hebras de Azafrán de La Mancha

Aceite de oliva virgen extra

Sal al gusto

Agua

Instrucciones

1. Cocer las judías y la carne: En una olla grande, pon las judías pinesas (sin remojar), la oreja de cerdo troceada, la panceta y el chorizo. Cubre generosamente con agua fría.
2. Añadir las verduras y condimentos: Incorpora la cebolla entera pelada, las zanahorias en rodajas, los puerros, la cabeza de ajos entera y las hojas de laurel.
3. Cocción lenta: Lleva a ebullición y, una vez hierva, reduce el fuego al mínimo. Tapa la olla y deja cocer a fuego lento durante aproximadamente 2 horas o hasta que las judías estén tiernas (el tiempo exacto puede variar, pero suelen ser rápidas de cocer).
4. Azafrán y sazón: Unos 20 minutos antes de finalizar la cocción, añade las hebras de azafrán (previamente tostadas ligeramente en una sartén seca). Sazona con sal al gusto.
5. Reposo y servicio: Una vez cocinadas, deja reposar el puchero unos minutos antes de servirlo caliente, para que los sabores se asienten.

Receta elaborada por
Sebastián Arema,
de Arema Frutas y Verduras (puestos 10 y 11
del Mercado de Abastos de Ciudad Real)





MES DEL QUESO MANCHEGO

El Queso Manchego es el estandarte gastronómico de Ciudad Real y cuenta con una Denominación de Origen Protegida (DOP) que garantiza su excelencia. Se elabora exclusivamente con leche de oveja de raza manchega, lo que le otorga su sabor característico, ligeramente picante y muy aromático.

Su curación varía desde los 30 días hasta los dos años, presentando una corteza dura con el tradicional dibujo de "pleita". Es un producto versátil que marida perfectamente con vinos de la provincia, siendo reconocido internacionalmente como uno de los mejores quesos del mundo por su calidad y tradición milenaria.

Actividades:

- **Del 12 al 17/05/2026:** III Edición de THE BURGUEER CUP, en el Parque de Gasset
- **21/05/2026:** Cata maridada de quesos manchegos y vinos para mayores, en el Antiguo Casino
- **24/05/2026 y 25/05/2026:** Romería de Alarcos
- **Visita guiada a Finca Fuentillejos** (DOP Queso Manchego Ecológico), con cata técnica.
- **Exposición de quesos manchegos** en el Mercado de Abastos
- **Feria Nacional del Vino** (Fenavin 2026) – Edición reducida. En el IFEDI

Efemérides curiosas:

- 15/05/2026: San Isidro Labrador. Patrón de los Agricultores
- 16/05/2026: San Honorario. Patrón de los Panaderos y Pasteleros
- 17/05/2026: Día Mundial de la Repostería
- 20/05/2026: Día Mundial de las Abejas
- 21/05/2026: Día Internacional del Té
- 27/05/2026: Día del Celíaco (en España)
- 28/05/2026: Día Internacional de la Hamburguesa
- 30/05/2026: Día Mundial de la Patata

Tarta de queso **Manchego** "Mariuca"

Una variante local de la popular tarta de queso que utiliza el queso manchego (habitualmente semicurado) para darle un sabor intenso y característico.

Instrucciones

1. Preparar el molde y el horno: Precalienta el horno a 220°C con calor arriba y abajo. Forra un molde desmontable con papel vegetal (puedes mojar y escurrir el papel para que se adapte mejor a la forma del molde).
2. Infundonar la nata con el queso manchego: En un cazo, vierte la nata y añade el queso manchego rallado. Calienta a fuego medio, removiendo constantemente con unas varillas hasta que el queso se derrita e integre por completo con la nata. Retira del fuego y reserva.
3. Mezclar el resto de ingredientes: En un bol grande, bate ligeramente el queso crema para ablandarlo. Añade los huevos de uno en uno, integrándolos bien. Incorpora el azúcar, la ralladura y el zumo del medio limón. Bate hasta conseguir una mezcla homogénea.
4. Terminar la masa: Añade la maicena tamizada (si usas) y sigue batiendo. Finalmente, vierte la mezcla de nata y queso manchego reservada, y bate por última vez hasta que todo esté perfectamente integrado.
5. Hornear: Vierte toda la mezcla en el molde preparado. Hornea durante unos 35 minutos. La tarta debe quedar dorada por fuera, pero el centro ligeramente tembloroso (se cuajará al enfriar).
6. Enfriar y servir: Una vez horneada, retira del horno y deja que se atempere a temperatura ambiente. Se bajará un poco al enfriar. Para obtener la mejor textura, refrigérala hasta el día siguiente.

Ingredientes

(para 8-10 porciones, con un molde desmontable de unos 20-23 cm. de diámetro)

350 ml de nata para montar (crema de leche con 35% M.G.)

650 gr de queso crema

100 gr de queso manchego semicurado, rallado fino

5-6 huevos tamaño M

175 gr de azúcar

10 gr de maicena (harina de maíz, opcional, ayuda a la textura)

Opcional para acompañar:
Dulce de membrillo, mostillo o mermelada de frutos rojos.

Receta elaborada por **María José Aragonés Bagenas**, de la tienda, escuela y obrador de repostería creativa Inigual, Delivery & Bakery (Residencial Ronda, .9. Ciudad Real)





MES DE LOS PRODUCTOS DE *LA HUERTA* *MANCHEGA*

La Huerta de Ciudad Real destaca por su frescura y carácter artesanal, siendo la Berenjena de Almagro (IGP) su joya más preciada. Cultivada en municipios como Almagro o Aldea del Rey, este producto único se elabora con un aliño tradicional que es seña de identidad regional.

La provincia es también una potencia en el cultivo de cebolla, consolidada bajo su propia IGP, y pimientos, esenciales para el pisto o el asadillo manchegos. Tomates, calabazas y melones completan una oferta de temporada que destaca por su calidad y por un creciente enfoque en la producción ecológica y de proximidad.

Actividades:

- **05/06/2026:** XII Noche Blanca Cervantina, con multitud de actividades gastronómicas, musicales y deportivas por toda la ciudad
- **07/06/2026:** Procesión del Corpus Chistie
- **18/06/2026:** Día Mundial de la Tapa: Acción promocional de las tapas de Ciudad Real
- **Mercado efímero de agricultores** en la Plaza Mayor.
- Ruta 'De la huerta al plato' con menús frescos.
- **Día del Pisto:** demostración y degustación colectiva.
- **Visitas infantiles** a huertos locales.

Efemérides curiosas:

- 01/06/2026: Día Mundial de la Leche
- 06/06/2026: Día de la Sidra
- 16/06/2026: Día de la Fiesta del Cordero (Eid al-Adha)
- 18/06/2026: Día Mundial de la Gastronomía Sostenible

Asadillo Manchego

Plato icónico, sencillo y refrescante de la cocina tradicional manchega, ideal como entrante frío o guarnición. Se elabora principalmente asando pimientos rojos y tomates, y su secreto reside en un aliño con ajo y comino.

Instrucciones

1. Asar las verduras: Precalienta el horno a 180°C - 200°C. Coloca los pimientos y los tomates (enteros) en una bandeja de horno. Rocía con un poco de aceite y sal. Asa durante aproximadamente 45-55 minutos, dándoles la vuelta ocasionalmente, hasta que la piel de los pimientos esté negra y ampolle y las verduras estén tiernas.
2. Pelar y cortar: Retira las verduras del horno y déjalas enfriar. Para pelar los pimientos y tomates más fácilmente, puedes meterlos en un bol y cubrirlos con papel film durante unos minutos para que “suden”. Pela los pimientos, retira las semillas y córtalos en tiras. Pela los tomates y pícalos en trozos pequeños.
3. Hacer el majado: Se fríen los dientes de ajo y posteriormente se machacan en un mortero junto a los cominos.
4. Aliñar: En un bol grande (preferiblemente de barro), mezcla las tiras de pimiento y los trozos de tomate.
5. Mezclar: En el recipiente de barro se mezclan las verduras asadas con el majado y el aceite sobrante de freír los ajos. Se pone en el fuego unos minutos para que de un hervor y se integren los sabores. Se prueba y se rectifica de sal si fuera necesario.
6. Reposar y servir: Deja reposar el asadillo en el frigorífico durante al menos una hora antes de servirlo; frío está mucho más sabroso. Se sirve solo o acompañado de atún, huevo cocido picado o aceitunas.

Ingredientes

4-5 pimientos rojos grandes de asar (lamuyos)

4 tomates grandes y maduros

1 cabeza de ajos entera

Aceite de oliva virgen extra (AOVE)

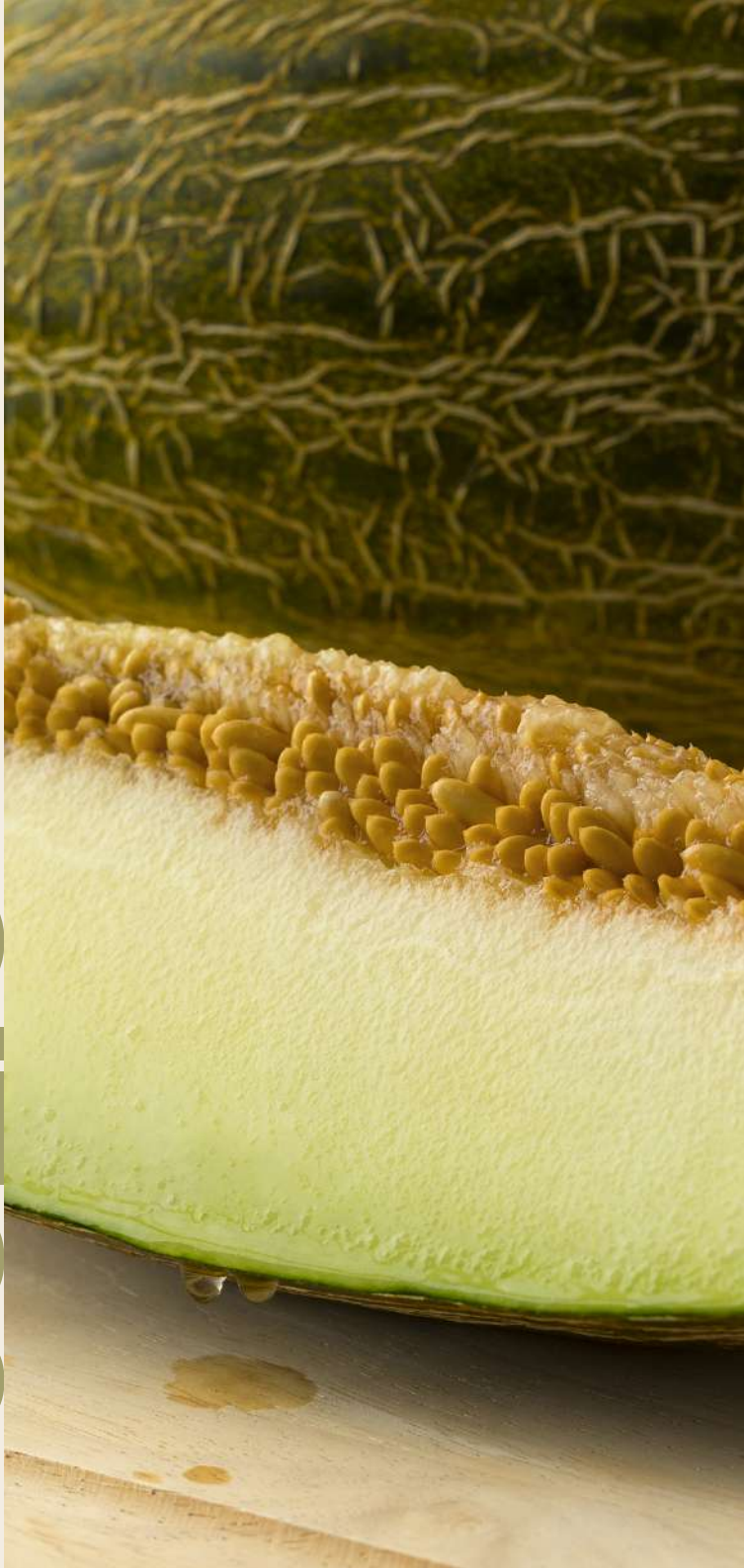
Sal

1 cucharadita de cominos (al gusto)

Opcional: atún en aceite, huevo cocido o aceitunas para acompañar

Receta elaborada por la
Asociación Cultural de Dulcineas
y Damas Manchegas de Ciudad Real





MES DEL *MELÓN* *DE LA MANCHA*

El Melón de la Mancha es un referente de excelencia, amparado por una Indicación Geográfica Protegida (IGP) que certifica su origen en la llanura manchega. Destaca la variedad "Saccharinus", conocida popularmente como Piel de Sapo.

Este melón se caracteriza por su dulzor intenso, carne blanca y jugosa, y una firmeza que garantiza su calidad durante meses. Su cultivo aprovecha las largas horas de sol de Ciudad Real, concentrando azúcares naturales que lo hacen único. Es un pilar de la economía agraria local y un postre imprescindible, junto con la sandía, también cultivada en nuestra provincia, que simbolizan el verano en todo el territorio nacional.

Actividades:

- **Del 13/07/2026 al 19/07/2026:** XI Edición de la Semana Histórica de Ciudad Real – "De Alarcos a Villa Real, con actividades eno-gastronómicas alrededor de la cocina medieval (Jornadas de Cocina Alfonsí)
- **30/07/2026:** 47º Edición del Concurso de Limoná y 29º Edición del Concurso de Limoná Sin, en el Recinto Ferial de Ciudad Real
- **31/07/2026:** Fiesta de La Pandorga, declarada de Interés Turístico Regional
- **Concurso de postres y platos con melón.**
- **Cata comparativa de melones:** variedad, madurez y dulzor.
- **Fiesta del melón** en el Mercado de Abastos.

Efemérides curiosas:

- 07/07/2026: Día Mundial del Cacao
- 18/07/2026: Día Mundial del Gazpacho
- 20/07/2026: Día Mundial de la Piruleta
- 29/07/2026: Santa Marta. Patrona de la Hostelería
- 30/07/2026: Día Mundial de la Tarta de Queso



Ajoblanco de **melón de La Mancha** con crujiente de cecina de ciervo

El ajoblanco es una sopa fría tradicionalmente andaluza y extremeña, pero su combinación con el excelente Melón de La Mancha es una adaptación moderna y muy popular que se consume en toda España durante el verano.



Ingredientes

300 gr de almendras crudas peladas

1 kg de Melón de La Mancha (limpio, sin piel ni pepitas)

1 diente de ajo (preferiblemente ajo morado de Las Pedroñeras, si es posible)

100 gr de pan (preferiblemente sin corteza, para migar)

150 ml de aceite de oliva virgen extra (AOVE)

2 cucharadas de vinagre de vino (o al gusto)

Sal

Agua fría (aprox. 500-700 ml, dependiendo de la textura deseada)

Guarnición: virutas de cecina de ciervo crujiente y unos dados de melón adicionales

Instrucciones

1. Hidratar (opcional): Para un resultado más fino, puedes dejar las almendras en remojo la noche anterior. Escúrrelas bien antes de usar.
2. Majar: En un mortero o batidora potente, tritura las almendras, el diente de ajo (sin el germen interior para que sea más suave) y una pizca de sal hasta obtener una pasta.
3. Añadir pan y melón: Incorpora el pan desmigado y el melón troceado. Tritura de nuevo hasta que esté todo bien mezclado.
4. Emulsionar: Ve añadiendo el agua fría poco a poco mientras bates, hasta conseguir la consistencia de crema deseada.
5. Aliñar: Con la batidora en marcha a baja velocidad, añade el AOVE en un chorro fino y continuo para emulsionar la mezcla, como si hicieras una mayonesa. Incorpora el vinagre y rectifica de sal.
6. Enfriar: Pasa la crema por un colador o chino para asegurar una textura sedosa. Cubre y refrigera durante al menos 1-2 horas. Se sirve muy frío.
7. Preparar la guarnición: Para el crujiente de cecina de ciervo, coloca las virutas o lonchas de cecina entre dos papeles de cocina y caliéntalas en el microondas durante 1-2 minutos hasta que estén secas y crujientes.
8. Servir: Sirve el ajoblanco de melón frío en cuencos, decora con unos dados de melón y las virutas de cecina de ciervo crujiente por encima.

Receta elaborada por la cocinera
Aurora García Castro,
del Mesón Octavio (Severo Ochoa, 6. Ciudad Real)





MES DEL AZAFRÁN DE LA MANCHA

El Azafrán de La Mancha, amparado por su DOP, tiene en Ciudad Real una de sus zonas de producción más exclusivas, destacando municipios como La Solana o áreas del Campo de Calatrava. Conocido como el "oro rojo", sigue siendo una de las especias más cotizada, debido a su recolección y monda totalmente manuales.

Se distingue por su aroma intenso y estigmas de color rojo vivo que no deben sobresalir del borde de la flor. Su calidad superior frente a variedades importadas lo convierte en un ingrediente de lujo imprescindible para la gastronomía nacional y la alta cocina.

Actividades:

- **Del 14 al 22/08/2026:** Feria y Fiestas de Ciudad Real, con multitud de actividades gastronómicas y de todo tipo por toda la ciudad
- **Taller sensorial:** aromas y colores del azafrán.
- **Cata maridada:** Recetas con azafrán + vinos blancos y espumosos

Efemérides curiosas:

- 03/08/2026: Día Mundial de la Sandía
- 07/08/2026: Día Internacional de la Cerveza
- 08/08/2026: Día Internacional del Helado
- 09/08/2026: Día Nacional del Arroz con Leche
- 10/08/2026: San Lorenzo. Patrón de los Cocineros
- 30/08/2026: Día Internacional del Bacon (Panceta)

Risotto con Base de Berenjena de Almagro, **Azafrán de La Mancha** y Teja de Queso Manchego DOP Crujiente

Esta receta, elaborada por uno de los futuros embajadores de nuestros productos y de la cocina manchega, es un ejemplo de la utilización de diferentes productos de calidad de nuestra provincia, haciéndola merecedora del 1º premio del Campeonato de CLMSKILLS 2025.

Ingredientes

300 gr de Berenjena de Almagro IGP
180 gr. de arroz
250 gr. de calabacín
150 gr. de zanahoria
1 puerro
150 gr. de Queso Manchego DOP
1 l. de caldo de carne
Azafrán de La Mancha
2 limones
Tomillo, perejil y cebollino
Aceite de oliva virgen extra (AOVE)
Sal y pimentón dulce

Instrucciones

1. Cortar el puerro en rodajas, y el calabacín y la zanahoria en brunoise (dados muy pequeños y uniformes), y pochar.
2. Pochar las verduras.
3. Añadir el arroz y el caldo de carne poco a poco, más unas hebras de Azafrán de La Mancha y tomillo.
4. Partir en dos las Berenjenas de Almagro, vaciar y escaldar mín en agua.
5. Rallar el Queso Manchego y añadir la mitad al finalizar el arroz y la otra mitad se dejará para hacer las tejas crujientes en horno, a 180°C, durante 5-6 min.
6. Rellenar las berenjenas con el "risotto manchego". Poner encima un poco de ralladura de limón y colocar la teja de queso manchego como decoración.
7. Añadir alrededor de la berenjena un poco de aceite de pimentón para decorar



Receta elaborada por el alumno
Nicolás Medina (profesor tutor **Antonio Villerejo Padilla**),
del Ciclo Formativo de Grado Superior (CFGS)
en Dirección de Cocina del
IHES Santa María de Alarcos (Ciudad Real).



MES DE LA CARNE DE CAZA



Ciudad Real es el corazón de la gastronomía cinegética en España. La provincia se consolida como referente internacional de este producto, gracias a iniciativas como Venari (Centro Internacional de Gastronomía Cinegética), en Almagro, y el impulso de ferias como la Feria de la Caza y el Turismo (FERCATUR), en Ciudad Real. Su oferta destaca por piezas de caza mayor (ciervo y jabalí) y menor (perdiz roja), que dan lugar a platos emblemáticos como el judión con perdiz o el venado en salsa. Es un motor económico vital que promueve la sostenibilidad y la fijación de población rural, contando con un fuerte respaldo institucional que incluye, proyectado por la Diputación Provincial, la creación, en Ciudad Real, del futuro Museo de la Caza y la Naturaleza (MUCANA).

Actividades:

- **27/09/2026:** Día Mundial del Turismo. Actividades para celebrar esta efeméride
- **Jornadas de cocina cinegética**
- **Feria de la Caza y el Turismo** (Fercatur 2026) en el IFEDI
- **Cata maridada** de carne de caza con vinos tintos locales
- **Ponencia:** sostenibilidad y aprovechamiento responsable de la caza
- **Presentación de libro de cocina** "Tradición y Cocina de Caza", editado por la Sociedad Gastronómica "Las Penas"

Efemérides curiosas:

- 13/09/2026: Día Internacional del Chocolate
- 14/09/2026: Día Mundial de la Arepa
- 19/09/2026: Día Mundial del Aperitivo
- 20/09/2026: Día Mundial de la Paella
- 29/09/2026: Día Internacional de Concienciación sobre la Pérdida y el Desperdicio de Alimentos

Ostra de monte

La carne de caza es un elemento indispensable de la gastronomía de Ciudad Real, que este caso, el restaurante La Zagala nos lo presenta en formato tapa, fusionando la tradición y la vanguardia.

Instrucciones

1. Escabechamos la perdiz: la desmigamos y la reservamos. Con el caldo que ha soltado hacemos una crema de boletus.
2. Cogemos otro poquito de escabeche de perdiz: y se confita otra parte del boletus. Una vez confitados, los cortamos en dados y lo reservamos.
3. Montaje del plato: Cogemos La concha de una ostra vacía, primero echamos la crema de boletus, añadimos una cucharita de boletus confitados una poquita de perdiz en escabeche, una puntita de una cuchara de huevas de gamba roja y un puntito de gel de piparra, se añade un chorreo de AOVE y ya estaría el plato

Ingredientes

(para 6 personas)

200 gr. de perdiz escabecha-
da desmigada

500 gr. de boletus

150 ml de aceite de oliva
virgen extra (AOVE)

½ vaso de vinagre de vino (o
al gusto)

4 hojas de laurel

4 dientes de ajo

1 vaso de vino blanco de
Ciudad Real

100 gr. de huevas de gamba
roja

150 gr. de gel de piparra

Receta elaborada por el cocinero
Andrés Rodríguez Sánchez,
Restaurante La Zaranda
(Pje. Dulcinea del Toboso, 5. Ciudad Real)





MES DEL VINO

Ciudad Real es la gran potencia vitivinícola de España, liderando en 2026 las exportaciones nacionales. La provincia alberga figuras de calidad prestigiosas como la DOP Valdepeñas y la DOP La Mancha, a las que recientemente se ha sumado la DOP Campo de Calatrava, que pone en valor los singulares suelos volcánicos de la comarca.

Con variedades como Airén y Tempranillo, sus bodegas logran reconocimientos internacionales y altas puntuaciones en guías internacionales. No olvidemos nuestros Vinos de Pago, que utilizan variedades muy singulares y diferentes a las tradicionales de la zona. El sector impulsa además un pujante enoturismo, integrando tradición y modernidad en cada copa.

Actividades:

- **16/10/2026:** Celebración del Día Mundial del Pan, en la Plaza Mayor de Ciudad Real, organizado por Afexpan y Saborea Ciudad Real
- **Del 28/10/2026 al 01/11/2026:** IV Jornadas de La Vendimia entre Volcanes



- **Explicación geológica** sobre suelos volcánicos y su influencia en la vid.
- **Cata 'Vinos volcánicos'** con enólogo y geólogo.
- **Ruta gastronómica 'Ciudad Real Brinda'** por bares y restaurantes.

Efemérides curiosas:

- 01/10/2026: Día Internacional del Café
- 09/10/2026: Día Mundial del Huevo
- 16/10/2026: Día Mundial de la Alimentación
- 20/10/2026: Día Internacional del Chef
- 25/10/2026: Día Internacional de la Pasta

Perrunillas Manchegas

con *Vino Blanco*

Estas perrunillas son un dulce tradicional que destaca por su sabor a manteca, canela y el toque sutil del vino blanco manchego. Suelen hacerse en ocasiones festivas.

Instrucciones

Ingredientes

(Para unas 30-40 perrunillas)

250 gr de manteca de cerdo
(a temperatura ambiente,
blanda)

250 gr de azúcar

1 huevo entero y 1 yema (la
clara se reserva para pintar)

60 ml de vino blanco
manchego (un moscatel o
Airén joven funciona bien)

500 gr de harina de trigo
(aproximadamente, la que
admita la masa)

1 cucharadita de canela en
polvo

Ralladura de 1 limón

1 sobre de levadura química
(polvo de hornear, unos
10-12 gr)

Almendras crudas (para
decorar, opcional)

Azúcar extra para espolvorear

1. Batir la manteca y azúcar: En un bol grande, bate la manteca de cerdo (que debe estar blanda) con el azúcar hasta obtener una mezcla cremosa y blanquecina.
2. Añadir líquidos y aromas: Incorpora el huevo y la yema, la canela y la ralladura de limón. Bate bien hasta que se integren. Añade el vino blanco y mezcla de nuevo.
3. Integrar la harina: Tamiza la harina junto con la levadura sobre la mezcla húmeda. Ve añadiendo poco a poco y amasa con las manos hasta obtener una masa manejable, que no se pegue a las manos pero que no quede demasiado seca. La cantidad de harina puede variar ligeramente.
4. Formar las perrunillas: Precalienta el horno a 180°C (calor arriba y abajo, sin aire). En una superficie ligeramente enharinada, forma bolas pequeñas con la masa y aplástalas ligeramente para darles forma de galleta gruesa. Colócalas en una bandeja de horno cubierta con papel vegetal.
5. Decorar y hornear: Pinta cada perrunilla con la clara de huevo reservada (ligeramente batida). Coloca una almendra entera en el centro de cada una (si usas) y espolvorea generosamente con azúcar por encima.
6. Cocer: Hornea durante aproximadamente 15-20 minutos, hasta que estén doraditas pero no excesivamente duras.
7. Enfriar: Retira del horno y deja enfriar completamente sobre una rejilla. Se ponen más consistentes al enfriar.

Receta elaborada por **PAN REAL**
(diferentes establecimientos
por toda la ciudad)





MES DEL ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

La provincia de Ciudad Real es un referente mundial en la producción de aceite de oliva virgen extra de alta gama. Cuenta con tres figuras de calidad clave: la DOP Aceite de los Montes de Toledo, la DOP Aceite del Campo de Montiel y la DOP Aceite del Campo de Calatrava, esta última única por sus suelos de origen volcánico que aportan matices diferenciadores.

La variedad predominante es la Cornicabra, junto a la Picual y Arbequina, dando lugar a aceites con gran estabilidad y equilibrio entre el picor y el amargor. El sector apuesta fuertemente por el oleoturismo y la sostenibilidad, exportando salud y tradición a todo el mundo.

Actividades:

- **Jornadas Gastronómicas del Aceite de Oliva Virgen Extra**, con catas, talleres y degustaciones de aceites de la región"
- **Curso rápido**: cómo identificar un AOVE de calidad.
- **Ruta del AOVE**, por restaurantes y tiendas especializadas.
- **Taller de cocina saludable** con AOVE.
- **Exposición en el Mercado de Abastos**: variedades y zonas productoras del AOVE de C. Real

Efemérides curiosas:

- 03/11/2026: Día Mundial del Sándwich
- 08/11/2026: Día Mundial del Enoturismo
- 24/11/2026: Día Mundial del Vino Tinto
- 16/11/2026: Día de la Comida Rápida
- 26/11/2026: Día Mundial del Olivo
- 30/11/2026: Día Mundial del Airén

Sopa de ajo Manchega

Esta es una receta humilde y de aprovechamiento, donde la calidad del aceite de oliva virgen extra de cualquiera de nuestras 3 denominaciones de origen protegidas definirá gran parte del sabor final del plato.

Instrucciones

1. Rebanar el pan y los ajos: Corta el pan en rebanadas finas. Pela y lamina los dientes de ajo (puedes usar todos los de la cabeza si te gusta el sabor intenso).
2. El sofrito del AOVE (Paso clave): En una cazuela de barro o una olla de fondo grueso, calienta los 100 ml de AOVE. El aceite debe cubrir la base generosamente. Fríe los ajos laminados a fuego medio-bajo hasta que estén dorados, vigilando que no se quemen para que no amarguen. Si usas jamón picado, añádelo ahora y sofríe brevemente.
3. Añadir el pan: Incorpora las rebanadas de pan a la cazuela y fríelas en el aceite aromatizado con los ajos. Remueve bien para que el pan absorba todo el aceite y se dore ligeramente por ambos lados.
4. El pimentón y el caldo: Retira brevemente la cazuela del fuego para añadir el pimentón dulce (siempre fuera del fuego para que no se queme y amargue). Remueve rápido e inmediatamente vierte el caldo o agua caliente.
5. Cocer la sopa: Vuelve a poner la cazuela a fuego medio-bajo. Sazonar con sal y pimienta. Deja cocer lentamente durante unos 15-20 minutos, hasta que el pan se deshaga y la sopa espese ligeramente.
6. Escalfar los huevos: Pasado el tiempo de cocción, haz 4 huecos en la sopa y casca un huevo en cada uno. Tapa la olla y deja cocer 3-4 minutos hasta que las claras estén cuajadas pero las yemas tiernas.
7. Servir: Sirve inmediatamente, bien caliente, apreciando el aroma intenso del aceite de oliva virgen extra infundado.

Ingredientes

(para 4 personas)

1 barra de pan asentado (del día anterior, como el Pan de Cruz de Ciudad Real)

1 cabeza de ajos completa

100 ml de Aceite de Oliva Virgen Extra de la mejor calidad

1 cucharada generosa de pimentón dulce de La Vera

1.5 litros de caldo de pollo o agua (caliente)

4 huevos

Sal y pimienta al gusto

Opcional: Un poco de jamón serrano picado



Receta elaborada por la **Asociación de Peñas Alarcos**, de Ciudad Real



MES DEL CORDERO MANCHEGO

El Cordero Manchego, protegido por su propia Indicación Geográfica Protegida (IGP), es un pilar de la ganadería en Ciudad Real. Procede exclusivamente de la oveja de raza manchega, alimentada en los pastos naturales de la provincia, lo que otorga a su carne una ternura y sabor excepcionales.

Se comercializa principalmente como cordero lechal o recental, destacando por su color rosa pálido y una jugosidad inigualable. Es el protagonista de platos emblemáticos como la caldereta manchega y el cordero asado, siendo un producto estratégico que garantiza la sostenibilidad del medio rural y la biodiversidad local.

Actividades:

- **31/01/2026:** Migas Fin de Año, organizadas por la Federación de Peñas Alarcos, en el Parque de Gasset
- **Jornadas en el Mercado de Abastos** 'Navidades con cordero'.
- **Guía descargable:** recetas y maridajes.

Efemérides curiosas:

- 04/12/2026: Día Internacional de la Galleta
- 07/12/2026: Día Mundial del Algodón de Azúcar
- 09/12/2026: Día Mundial de la Pastelería
- 20/12/2026: Día Mundial de la Sangría
- 24/12/2026: Día Mundial de las Natillas
- 29/12/2026: Día Mundial del Pimentero

Guiso de cordero Manchego al azafrán

Esta es una receta sencilla, basada en la cocina de campo manchega, donde el protagonista absoluto es el cordero, el aceite, el ajo y el azafrán.

Instrucciones

Ingredientes

(para 4 personas)

1 kg de cordero manchego troceado (cuello, falda, paletilla o pierna)

1 cebolla grande

4 dientes de ajo

1 hoja de laurel

100 ml de vino blanco (de La Mancha, a ser posible)

Hebras de Azafrán de La Mancha DOP (aprox. 0.2 gr)

Caldo de carne o agua (lo justo para cubrir la carne)

Aceite de oliva virgen extra (AOVE)

Sal y pimienta negra

Opcional tradicional: patatas para acompañar

1. Preparar el azafrán: Tuesta suavemente las hebras de azafrán en una sartén seca durante unos segundos, sin que se lleguen a quemar. Machácalas en un mortero y dilúyelas en un poco de caldo caliente. Reserva.
2. Dorar el cordero: En una cazuela de barro o de fondo grueso, calienta un buen chorro de AOVE. Salpimenta el cordero y dóralo por tandas hasta que esté bien sellado. Retira y reserva.
3. Sofrito tradicional: En el mismo aceite, añade los ajos enteros, ligeramente golpeados, y la cebolla picada. Sofríe lentamente hasta que la cebolla esté bien pochada y comience a tomar calor.
4. Desglasar con vino: Incorpora el vino blanco y deja hervir un par de minutos para que se evapore el alcohol.
5. Guisado: Devuelve el cordero a la cazuela, añade la hoja de laurel, cubre con caldo o agua caliente y agrega el azafrán disuelto. Remueve suavemente.
6. Cocción lenta: Tapa y deja cocer a fuego muy suave durante 1 hora y media – 2 horas, hasta que la carne esté melosa y la salsa ligada de forma natural.
7. Reposo y servicio: Rectifica de sal si es necesario y deja reposar unos minutos antes de servir. Acompaña, si se desea, con patatas fritas, en dados, y/o Pan de Cruz de Ciudad Real.

Receta elaborada por el cocinero
Carlos García Urda,
del Restaurante La Sopa Boba
(Jara, 8. Ciudad Real)





ESTABLECIMIENTOS QUE OFRECEN ACTIVIDADES ENO-GASTRONÓMICAS

FOOD TOURS (RUTAS GUIADAS TEMATIZADAS DE TAPAS Y VINOS)

Cristina López de Lerma.

Tel. 649 493 723 / info@lamanchaturismo.es

<https://lamanchaturismo.es/>

Cristina Sánchez.

Tel. 667 552 882 / cristinasanchez@caballerosandantes.com

<https://caballerosandantes.com/>

Raquel Méndez.

Tel. 633 964 888 / raquel@ciudadrealquever.com

<https://ciudadrealquever.com/>

BODEGAS VISITABLES

Bodegas Reconquista (Ciudad Real)

Tel. 926 271 535 / info@bodegaslareconquista.com

<https://www.bodegaslareconquista.com/enoturismo/>

* Cuenta con un hotel boutique de 4 habitaciones

Hotel Bodega Pago del Vicario (La Casas. A 12 km. de C. Real)

Tel. 926 66 60 27 / 902 092 926 / reservas@pagodelvicario.com

<https://pagodelvicario.com/>

Bodegas Naranja

(Carrión de Calatrava. A 11 km. de C. Real)

Tel. 926 814 155 / info@bodegasnaranja.com

<https://bodegasnaranja.com/enoturismo/>

Bodega / Almazara Encomienda de Cervera

(Almagro. A 23 km. de C. Real)

Tel. 673 365 124 / hello@ecervera.com

<https://www.encomiadadecervera.com/>

QUESERÍAS Y ALMAZARAS VISITABLES

Espacio Gastronómico Alma Quesera – Quesos Don Apolonio (Ciudad Real)

Tel. 926 800 946 / info@quesosdonapolonio.es

<https://quesosdonapolonio.es/>

* Cuenta con 32 apartamentos turísticos

Quesería Finca Fuentillejos (Poblete. A 15 km. de C. Real)

Tel. 647 505 434 / quetal@fincafuentillejos.com

<https://www.fincafuentillejos.com/>

Quesería Don Apolonio (Malagón. A 29 km. de C. Real)

Tel. 926 800 946 / info@quesosdonapolonio.es

<https://quesosdonapolonio.es/>

Quesería Artesanal / Almazara Villajos (Porzuna. A 31 km. de C. Real)

Tel. 926 780 100 / info@villajos.es

<https://www.villajos.es/>

Olivia – Centro de Interpretación del AOVE - Grupo Montes Norte

(Malagón. A 29 km. de C. Real)

Tel. 692 881 481 / visitasguiadas@grupomontesnorte.com

<https://www.grupomontesnorte.com/olivia/>



ESPACIOS Y EMPRESAS QUE REALIZAN ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS



Mercado Municipal de Abastos (C/ Postas, 8. 13001. C. Real)

Tel. 926 229 240 / 657 986 875

<https://www.ciudadreal.es/servicios-municipales/consumo/mercado-de-abastos.html>

Tienda Montes Norte (C/ Ramírez de Arellano, 4. 13001. C. Real)

Tel. 926 229 148 / pedidos@grupomontesnorte.com

<https://www.grupomontesnorte.com/agenda/>

La Abacería Manchega (C/ Borja, 8. 13001. C. Real)

Tel. 604 243 642 / juancruzmaestro@gmail.com

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61583030467622>

Inigual. Delivery & Bakery (Residencial Ronda, 9. 13004. C. Real)

Tel. 674 113 979 / inigual@inigual.es

https://www.facebook.com/inigualciudadreal/?locale=es_ES

La Zagala – Taller de Cerámica (C/ Lentejuela, 1. 13002. C. Real)

Tel. 662 663 457 / holazagala@gmail.com

<http://zagala.bigcartel.com>

Wine Lovers Ciudad Real

Tel. 667 813 881 / 648 965 466 / wineloverscreal@gmail.com

<https://winelovers-ciudadreal.sumupstore.com/>

José Fernando Buitrón (El Emparao)

Tel. 600 471 367 / elemparao@fbuitron.es

<https://www.elemparao.es/>

Tiempo de Vinos

Tel. 639 954 573 / info@tiempodevinos.com

<https://tiempodevinos.com/>

Vayro, Marketing Gastronómico

Tel. 618 774 642 / vayrogestion@gmail.com

[@eva_rodrigovayro](https://www.facebook.com/evamaria.rodrigosanchez.9?locale=es_ES)

Oenoesthesia

Tel. 605 227 066 / anapecerofrances@gmail.com / www.instagram.com/oenoesthesia

Pomona Keepers

Tel. 926 611 065 / oromero@pomonakeepers.es

<https://www.pomonakeepers.com/es/inicio-espanol/>

ASOCIACIONES DE CIUDAD REAL VINCULADAS CON LA ENO-GASTRONOMÍA

Asociación Provincial de Empresarios de Hostelería y Turismo de Ciudad Real (APEHT)

Parque Empresarial, Calle Pedro Muñoz s/n, Oficina 5. 13005. Ciudad Real
Tel. 926 233 069 / gerencia@hosteleriayturismociudadreal.es
<https://hosteleriayturismociudadreal.es/>

Asociación Interprofesional de la Carne de Caza Silvestre (ASICCAZA)

Avda. Rey Santo, 8, Edificio Castillo, 2ª Planta. 13001. Ciudad Real
Tel. 663 928 834 / info@asiccaza.org / <https://www.asiccaza.org/>

Academia de Gastronomía de Castilla La Mancha

C/ Nuncio Viejo, 15. 45002. Toledo
Tel. 609 68 90 70 / info@academiadegastronomiadecastillalamancha.com
<https://academiadegastronomiadecastillalamancha.com/>

Escuela de Hostelería del I.H.E.S. Santa María de Alarcos

Rda. Granada, 2. 13004. Ciudad Real
Tel. 926 230 647 / info@iesalarcos.com / <https://iesalarcos.com/>

Asociación Cultural Club de Vinos de Ciudad Real (ASCUVICR)

Sede social en el hotel Guadiana, de Ciudad Real
Tel. 610 148 838 / ascuvicr@gmail.com / [@clubdevinoscr](https://clubdevinoscr.com)

Sociedad Gastronómica Las Penas – Ciudad Real

Tel. 646 650 615 / gastrolaspenas@gmail.com
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100015064359622>



NOTAS





Ciudad Real
AYUNTAMIENTO



TURISMO
CIUDADREAL

saborea ciudad real
TASTING CIUDAD REAL

