

VILLAS A FUEGO LENTO

2026



PATROCINA:



Comunidad
de Madrid

Un invierno de cuchara
por la Comunidad de Madrid

HOST
ELER
IAMA
DRID

CREMA DE VERDURAS
ESCABECHADOS · GARBANZOS
ESTOFADO DE TERNERA
JUDÍAS BLANCAS · JUDÍAS PINTAS
JUDIONES · PATATAS GUISADAS
RABO DE TORO · SOPA CASTELLANA
SOPA DE AJO · SOPA DE COCIDO
TERNERA AL DESARREGLO
CALDERETA DE TERNERA
CALLOS · CARRILLERAS
COCIDO COMPLETO
CREMA DE VERDURAS
ESCABECHADOS · GARBANZOS
ESTOFADO DE TERNERA
JUDÍAS BLANCAS · JUDÍAS PINTAS
JUDIONES · PATATAS GUISADAS

José Antonio Aparicio

Presidente de Hostelería Madrid
Hosteleria Madrid's President



Desde la Asociación de Hostelería de la Comunidad de Madrid presentamos con orgullo el proyecto de promoción gastronómica "Villas a Fuego Lento", una guía que nace con la vocación de poner en valor el patrimonio más sabroso y auténtico de los municipios de la Comunidad de Madrid en los que la gastronomía late con fuerza en cada receta que ha pasado de generación en generación.

La Comunidad de Madrid se ha convertido en un destino gastronómico muy apreciado dentro y fuera de nuestras fronteras y gran parte de su éxito se debe a la autenticidad de su oferta con platos y recetas diversas, variadas y de gran calidad. Madrid es vanguardia y ritmo cosmopolita pero también el sosiego de sus Villas, la calidad de sus productos de la huerta y el saber hacer de los hosteleros, que son los verdaderos guardianes de nuestra identidad culinaria.

En esta primera edición de "Villas a Fuego Lento" se encuentran 50 propuestas gastronómicas de invierno en 11 municipios de la Comunidad de Madrid con los platos de cuchara como protagonistas: estofados, sopas, escabeches o asados con productos de cercanía integrados en recetas ancestrales que conectan al viajero con el territorio y su población. Una apuesta por la descentralización, el turismo gastronómico sostenible y el comercio local; una forma de viajar que valora la calma, el sabor y la hospitalidad.

Gracias por acompañarnos en este viaje por los sabores que nos definen.

The Asociación de Hostelería of the Comunidad de Madrid is proud to present this gastronomic promotional project, "Villas a Fuego Lento", a guide created to showcase some of Madrid's most flavourful and authentic destinations, where each recipe has been passed down from generation to generation.

The Comunidad de Madrid has established itself as a highly regarded gastronomic destination, both within and beyond the region. Much of this recognition is owed to the quality, authenticity and diversity of the cuisine on offer. Cosmopolitan and avant-garde, Madrid is also home to peaceful towns, excellent local produce and the expertise of its hospitality professionals, the true guardians of our culinary identity.

In this first edition of "Villas a Fuego Lento", it can be discovered 50 winter gastronomic proposals across 11 municipalities of the Comunidad de Madrid. Traditional dishes take centre stage: stews, soups, escabeches and roasted specialties prepared with locally sourced ingredients and age-old recipes that connect travellers with the people and the land. By embracing decentralisation, sustainable gastronomic tourism and local businesses, this initiative invites a way of travelling that values tranquillity, flavour and hospitality.

Thank you for joining us on this journey and for discovering the flavours that define who we are.

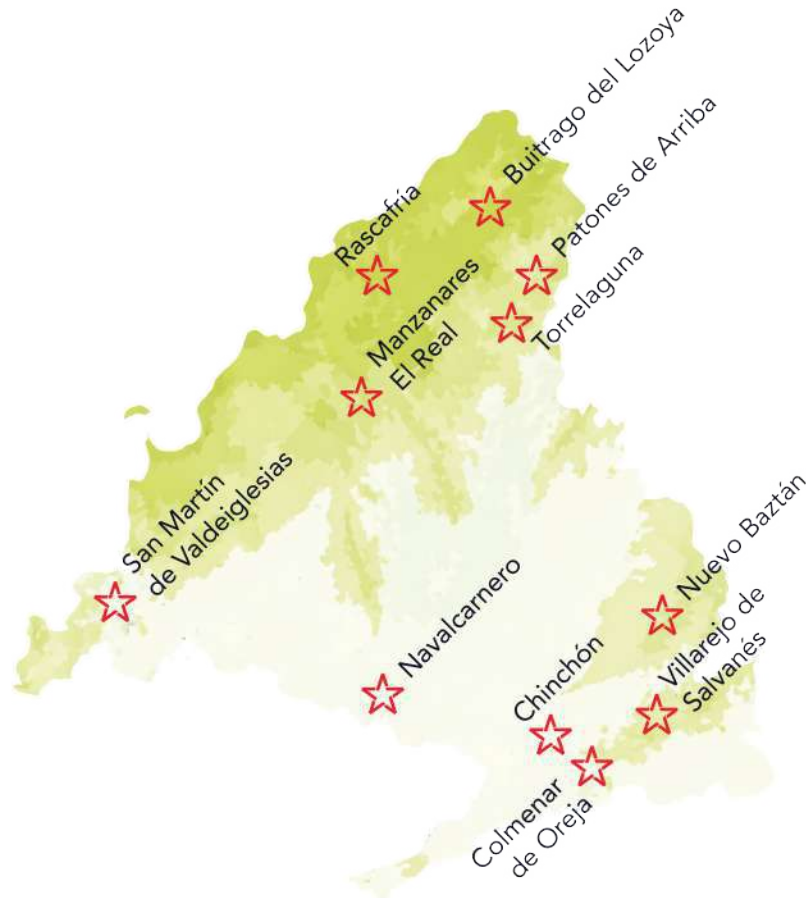
VILLAS
A
FUEGO LENTO

HOST
ELER
TAM
DRID

INDEX ÍNDICE

Índice

Index



Las 11 Villas de la Comunidad de Madrid	007
The 11 Villas of the Comunidad de Madrid	

Menús de Cuchara en las Villas	051
Spoon-based Menus in the Villas	

■ Menús de cuchara en Buitrago del Lozoya	032
Spoon-based menus in Buitrago del Lozoya	
■ Menús de cuchara en Chinchón	035
Spoon-based menus in Chinchón	
■ Menús de cuchara en Colmenar de Oreja	042
Spoon-based menus in Colmenar de Oreja	
■ Menús de cuchara en Manzanares El Real	046
Spoon-based menus in Manzanares El Real	
■ Menús de cuchara en Navalcarnero	051
Spoon-based menus in Navalcarnero	
■ Menús de cuchara en Nuevo Baztán	055
Spoon-based menus in Nuevo Baztán	
■ Menús de cuchara en Patones de Arriba	058
Spoon-based menus in Patones de Arriba	
■ Menús de cuchara en Rascafría	064
Spoon-based menus in Rascafría	
■ Menús de cuchara en San Martín de Valdeiglesias	069
Spoon-based menus in San Martín de Valdeiglesias	
■ Menús de cuchara en Torrelaguna	073
Spoon-based menus in Torrelaguna	
■ Menús de cuchara en Villarejo de Salvanes	077
Spoon-based menus in Villarejo de Salvanes	

Recetario Madrileño	083
Madrid Recipe Book	

Directorio de Platos de Cuchara	145
Spoon Dishes Directory	



THE
11 VILLAS
OF THE
COMUNIDAD
DE MADRID

LAS
11 VILLAS
DE LA
COMUNIDAD
DE MADRID



Buitrago del Lozoya

Se asienta en un enclave configurado por el río Lozoya, donde se establecieron los primeros pobladores humanos. Tras siglos de ocupación, en un promontorio elevado sobre el río se levantó una fortaleza que dio origen al núcleo urbano. Por su posición estratégica, pasó por dominio musulmán, cristiano y castellano a lo largo de 1.000 años.

Situada al pie del puerto de Somosierra, fue atalaya, Señorío, Comunidad y Villa durante el último milenio. Desde el siglo XIV hasta el XIX agrupó a los pueblos de la comarca en la defensa de los derechos de vasallaje, reflejando su organización feudal.

El siglo XX dejó su huella mediante la colección de Picasso conservada en su museo.

El recinto histórico conserva una muralla de unos 800 metros, única en la Comunidad de Madrid por mantener íntegro su amurallamiento medieval. En su interior se localizan edificaciones del siglo XIV como la Torre del Reloj, la iglesia de Santa María y el castillo de los Mendoza.

It sits in a spot alongside the Lozoya River where the first human settlers established themselves. After many centuries of occupation, an elevated position was chosen to build a fortress, which became the centre of the urban area. Due to its strategic location, it has been dominated for 1.000 years by Muslims, Christians, and the Spanish.

Situated at the Somosierra Pass, it has been a watchtower, a Señorío, a Comunidad, and a Villa. From the 14th to the 19th century, the villages were grouped based on the rights of servitude, reflecting their feudal organisation.

The area left its mark during the 20th century through an extensive collection of Picasso works conserved in its museum.

Additionally, an 800 meter long mural, unique to the Comunidad de Madrid, has been preserved to maintain the medieval wall intact. Inside, there are buildings from the 14th century, such as the Torre del Reloj, the Santa Maria Church, and the Mendoza Castle.

Coche Car

Toma la A-1 desde Madrid

Take the A-1 from Madrid

Conduce aproximadamente 70 km

Drive around 70 km

Sal por la salida 74

Exit at junction 74

Sigue señales hacia Buitrago del Lozoya

Follow signs towards Buitrago del Lozoya

A-1

70 KM

74



Transporte Público Public Transport

Toma el autobús 194 en el intercambiador de Plaza de Castilla

Take bus 194 from the Plaza de Castilla interchange



Chinchón

Se caracteriza por un trazado urbano que conduce de forma natural a su Plaza Mayor, una plaza castellana del siglo XV. Este espacio constituye el núcleo histórico de la localidad y articula buena parte de su patrimonio. Antes de acceder al casco urbano se distingue la silueta del castillo de los Condes de Chinchón, junto al que se desarrolla la población. Desde la Plaza Mayor sobresalen edificaciones como la iglesia parroquial, donde se conserva una obra de Francisco de Goya, y la torre del Reloj.

El conjunto patrimonial se completa con el teatro ubicado en el antiguo palacio de los Condes, diversas ermitas barrocas y la Casa de la Cadena. La localidad cuenta además con una tradición gastronómica basada en asados elaborados en hornos de leña, carnes de caza, potajes, repostería, aceite, vino y anís. La visita puede organizarse según el calendario festivo y las jornadas mensuales de puertas abiertas que permiten acceder a edificios representativos.

Characterised by an urban layout that follows a natural path around its Plaza Mayor, a Castilian square from the 15th century. This area comprises the historic nucleus of the locality, which consolidates much of its heritage. Before reaching the urban centre, it can be seen the silhouette of the Condes de Chinchon Castle, which also contributed to the development of the population. From the Plaza Mayor, several buildings stand out, such as the parish church, which houses a piece by Francisco de Goya, and the Torre del Reloj.

The patrimonial set is completed with the theatre located in the former Condes de Chinchon Palace, along with various Baroque shrines and the Casa de la Cadena. Additionally, the town is renowned for its gastronomic cuisine, featuring wood-fired roasts, game meats, stews, pastries, olive oil, wine and anisette. The visit can be organised in line with the local festive calendar and the monthly open-house days, which allow access to representative buildings.

Coche Car

Toma la A-3 desde Madrid

Take the A-3 from Madrid

Conduce aproximadamente 40 km

Drive around 40 km

Sal por la salida 41

Exit at junction 41

Sigue señales hacia Chinchón

Follow signs towards Chinchon

A-3

40 KM

41



Transporte Público Public Transport

Toma el autobús 333 en la estación Méndez Álvaro

Take bus 333 from the Mendez Alvaro station



Colmenar de Oreja

Ha sido declarado Bien de Interés Cultural en la categoría de Conjunto Histórico debido a la relevancia patrimonial de su arquitectura. La localidad conserva numerosos edificios y obras públicas de carácter monumental, grandes casas de labor de los siglos XVII, XVIII y XIX, así como cuevas y bodegas singulares.

Cuenta también con construcciones de carácter industrial, entre las que se incluyen fábricas, talleres, almazaras, hornos de tinajas y hornos de cal. Su Plaza Mayor constituye un ejemplo de plaza castellana porticada de los siglos XVII y XVIII, formada por edificaciones de 2 plantas con soportales de piedra y balcones de madera, algunos habilitados como restaurantes.

Los edificios se apoyan en columnas y pilares de piedra extraída de las canteras del municipio. Situado en las proximidades de la vega del Tajo, cultiva y elabora vinos, aceites y quesos artesanos, y desarrolla una gastronomía basada en ingredientes de producción propia. Su origen se vincula al castillo de Oreja y al proceso de repoblación iniciado tras su reconquista definitiva en 1139.

It has been declared a Cultural Heritage Site in the category of Historic Ensemble due to the patrimonial significance of its architecture. The town preserves numerous buildings and public works of monumental character, large farmhouses from the 17th, 18th, and 19th centuries, as well as unique caves and cellars.

It also features industrial constructions, including factories, workshops, oil mills, jar ovens, and lime kilns. Its Plaza Mayor is an example of a porticoed Castilian square from the 17th and 18th centuries, formed by story buildings with 2 levels and stone porticoes and wooden balconies, some of which have been adapted as restaurants.

The buildings rest on columns and stone pillars extracted from local quarries. Located near the Tajo River valley, it cultivates and produces artisanal wines, oils, and cheeses, and develops a cuisine based on locally produced ingredients. Its origins are linked to the Oreja Castle and the repopulation process initiated after its definitive reconquest in 1139.

Coche
Car

Toma la A-3 desde Madrid

Take the A-3 from Madrid

Conduce aproximadamente 40 km

Drive around 40 km

Sal por la salida 41

Exit at junction 41

Sigue señales hacia Colmenar de Oreja

Follow signs towards Colmenar de Oreja

A-3

40 KM

41



Transporte Público
Public Transport

Toma el autobús 331 en la estación Méndez Álvaro

Take bus 331 from the Mendez Alvaro station



Manzanares El Real

Se sitúa al pie de la Pedriza y está atravesado por el río Manzanares, que nace en las cumbres de la Sierra de Guadarrama, dentro del Parque Nacional. Desde sus orígenes contó con una fortificación inicial, conocida como castillo viejo, a la que posteriormente se sumó el castillo de los Mendoza, integrado de forma permanente en la identidad de la localidad.

El embalse de Santillana propició el asentamiento de una importante colonia de aves acuáticas en su entorno. El castillo de los Mendoza constituye el principal referente patrimonial del municipio y refleja la transición entre la sociedad medieval, con elementos defensivos como el antemuro o la entrada acodada, y la renacentista, visible en sus salones, fachadas decoradas y miradores.

El conjunto natural de la Pedriza forma una estructura granítica modelada durante milenios por agentes naturales, con elevaciones como El Yelmo y un entramado de rocas, senderos y formaciones que completan su paisaje histórico y natural.

It is located at the foot of La Pedriza and is crossed by the Manzanares River, which originates in the peaks of the Sierra de Guadarrama within the National Park. Since its origins, it has had an initial fortification known as the old castle, to which the Mendoza Castle was later added, permanently integrated into the town's identity.

The Santillana reservoir has promoted the establishment of an important colony of waterfowl in its surroundings. The Mendoza Castle is the main patrimonial landmark of the municipality and reflects the transition between medieval society, with defensive elements such as the curtain wall or the notched entrance, and Renaissance features, visible in its halls, decorated facades, and viewpoints.

The natural landscape of La Pedriza forms a granitic structure shaped over millennia by natural agents, with elevations such as El Yelmo and an intricate network of rocks, trails, and formations that complete its historic and natural scenery.

Coche
Car

Toma la M-607 desde Madrid

Take the M-607 from Madrid

Conduce aproximadamente 30 km

Drive around 30 km

Sal por la salida 35

Exit at junction 35

Sigue señales hacia Manzanares El Real

Follow the signs towards Manzanares El Real

M-607

30 KM

N 35



Transporte Público
Public Transport

Toma el autobús 712 en el intercambiador de Plaza de Castilla

Take bus 712 from the Plaza de Castilla interchange



Navalcarnero

Con poco más de 5 siglos de historia, Navalcarnero conserva en su casco histórico la estructura propia de una población castellana fundada como cruce de caminos y punto de parada de comerciantes. Su evolución refleja la historia de Castilla, visible en su arquitectura tradicional, así como en la pintura mural y la escultura vinculadas a su tránsito hacia la modernidad. Antes de obtener el título de Villa, la población encontró su sustento en el trabajo del campo.

En el siglo XVII adquirió relevancia al acoger el enlace entre Felipe IV y Mariana de Austria, hecho que marcó un punto de inflexión en su desarrollo. Tras este acontecimiento, consolidó su crecimiento mediante el cultivo de viñas, la elaboración de vinos y la construcción de casas de labranza y casas solariegas en torno a la iglesia y la plaza castellana.

Su gastronomía está ligada a los productos del entorno, con vinos elaborados a partir de uvas garnacha y malvar, y platos basados en garbanzos y cordero, que forman parte de la tradición local.

With just over 5 centuries of history, Navalcarnero preserves in its historic centre the typical structure of a Castilian town founded as a crossroads and a stopping point for merchants. Its evolution reflects the history of Castile, visible in its traditional architecture, as well as in mural paintings and sculptures linked to its transition toward modernity. Before obtaining the title of Villa, the town's livelihood was based on agriculture.

In the 17th century, it gained prominence by hosting the marriage between Felipe IV and Mariana of Austria, an event that marked a turning point in its development. Following this, it strengthened its growth through the cultivation of vineyards, wine production, and the construction of farmhouses and noble houses around the church and the Castilian square.

Its gastronomy is closely tied to local products, with wines made from garnacha and malvar grapes, and dishes based on chickpeas and lamb, which are part of the local tradition.

Coche Car

Toma la A-5 desde Madrid
Take the A-5 from Madrid
Conduce aproximadamente 30 km
Drive around 30 km
Sal por la salida 31
Exit at junction 31
Sigue señales hacia Navalcarnero
Follow signs towards Navalcarnero

A-5

30 KM

31



Transporte Público Public Transport

Toma el autobús 528 desde la estación de Cuatro Vientos
Take bus 528 from the Cuatro Vientos station



Nuevo Baztán

Su origen responde a un proyecto histórico impulsado en el siglo XVIII con el objetivo de crear un complejo industrial en un entorno entonces poco poblado.

La iniciativa fue promovida por Juan de Goyeneche, hombre de Estado que invirtió su patrimonio en la creación de un enclave destinado a acoger a profesionales extranjeros especializados. Para ello contó con la colaboración del arquitecto José Benito de Churriguera, encargado de diseñar el conjunto urbano y arquitectónico.

En este espacio se desarrollaron actividades productivas como la fabricación de paños para el ejército, la producción de vidrio, la elaboración de papeles de fino gramaje y la destilación de licores.

El Palacio de Goyeneche constituye el núcleo del conjunto y alberga actualmente el Centro de Interpretación de Nuevo Baztán y la Oficina de Turismo, que ofrece visitas guiadas al conjunto histórico.

El municipio se localiza en un entorno natural en el que predominan cultivos y masas arbóreas como olivos, robles, encinas y almendros.

Its origin stems from a historical project promoted in the 18th century with the aim of creating an industrial complex in an area that was then sparsely populated.

The initiative was led by Juan de Goyeneche, a statesman who invested his own fortune in establishing a site intended to host specialised foreign professionals. He collaborated with architect Jose Benito de Churriguera, who was responsible for designing the urban and architectural layout.

This space developed productive activities such as the manufacturing of military cloth, glass production, the creation of fine-grade paper, and the distillation of spirits. The Goyeneche Palace is the core of the complex and currently houses the Centro de Interpretacion de Nuevo Baztan and the Tourist Office, which offers guided tours of the historic site.

The municipality is in a natural environment characterised by cultivated lands and wooded areas such as olive groves, oaks, holm oaks, and almond trees.

Coche Car

Toma la A-2 desde Madrid

Take the A-2 from Madrid

Conduce aproximadamente 20 km

Drive around 20 km

Sal por la salida 19

Exit at junction 19

Sigue señales hacia Nuevo Baztán

Follow signs towards Nuevo Baztan

A-2

20 KM

19



Transporte Público Public Transport

Toma el autobús 261 en el intercambiador de Avenida de América

Take bus 261 from the Avenida de America station



Patones de Arriba

Constituye un conjunto de especial interés por la conservación de su trazado histórico y por la pervivencia de su arquitectura tradicional en pizarra, conocida como arquitectura negra. Su configuración actual permite observar formas de asentamiento vinculadas a etapas históricas posteriores al Paleolítico Superior.

El municipio presenta además elementos singulares de su pasado, como la elección de un "rey" local en el siglo XVII y diversas referencias legendarias asociadas a su aislamiento geográfico. El término municipal se sitúa entre los ríos Lozoya y Jarama, cuyo entorno favorece la presencia de fauna ligada a medios fluviales y de aves propias de áreas montañosas.

Los montes de pizarra, las pozas y los senderos conforman un paisaje de notable interés natural y etnográfico. El recorrido por el núcleo urbano y sus alrededores ofrece una aproximación a la evolución histórica del territorio y a los valores ambientales que caracterizan a la Sierra Norte de Madrid.

It constitutes a site of special interest due to the preservation of its historic layout and the continued existence of its traditional slate architecture, known as "black architecture." Its current configuration allows for the observation of settlement patterns linked to later historical periods beyond the Upper Paleolithic.

The municipality also features unique elements of its past, such as the election of a local "king" in the 17th century and various legendary references associated with its geographical isolation. The municipal territory lies between the Lozoya and Jarama rivers, whose surroundings favour the presence of fauna associated with riverine environments and bird species typical of mountainous areas.

The slate-covered mountains, pools, and trails form a landscape of remarkable natural and ethnographic interest. A tour through the town centre and its surroundings offers insight into the historical evolution of the territory and the environmental values that characterise the Sierra Norte de Madrid.

Coche Car

Toma la A-1 desde Madrid

Take the A-1 from Madrid

Conduce aproximadamente 45 km

Drive around 45 km

Sal por la salida 50

Exit at junction 50

Sigue señales hacia Patones de Arriba

Follow the signs towards Patones de Arriba

A-1

45 KM

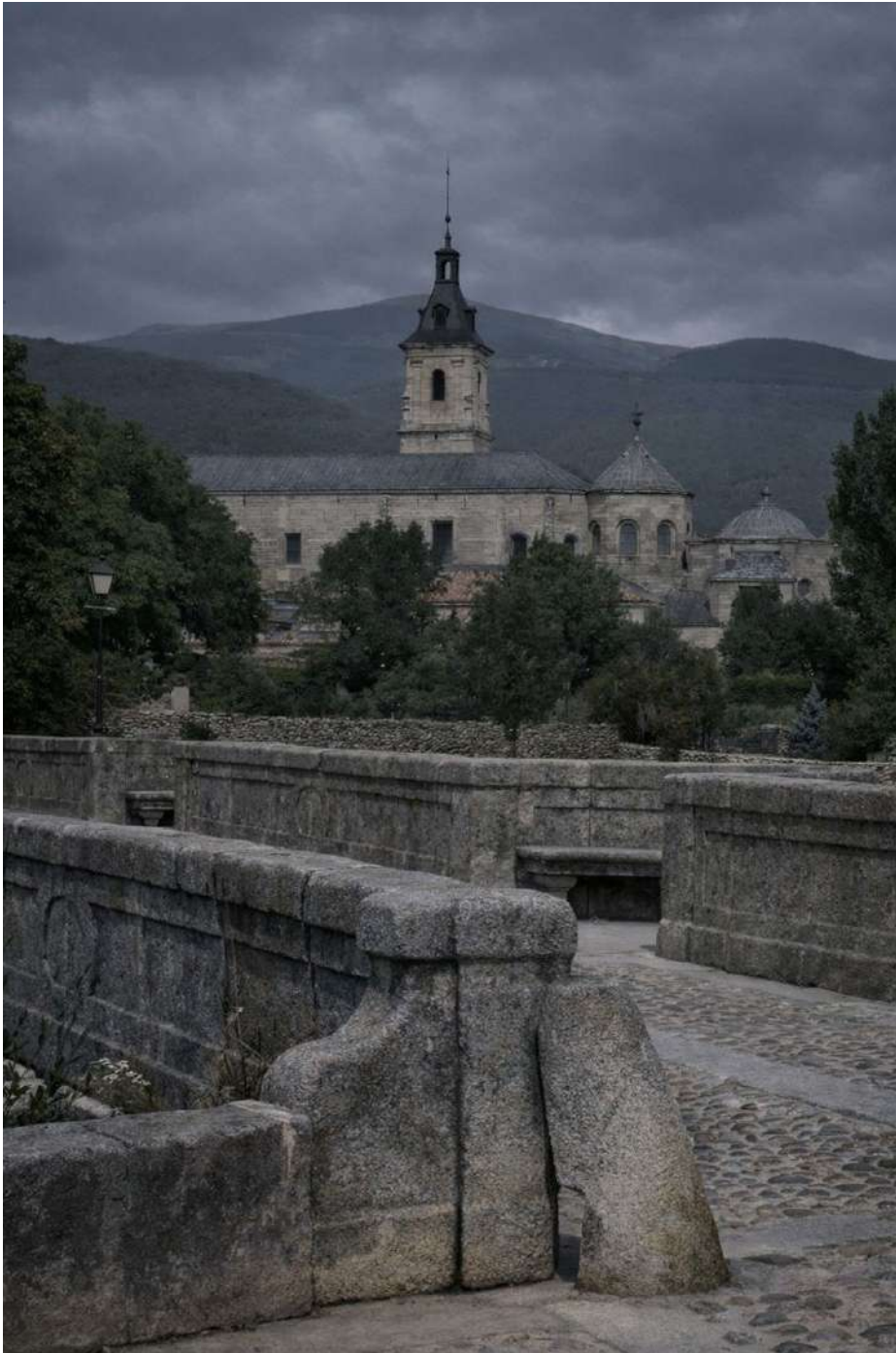
50



Transporte Público Public Transport

Toma el autobús 197 en el intercambiador de Plaza de Castilla

Take bus 197 from the Plaza de Castilla interchange



Rascafría

Es una Villa serrana situada en el valle del Lozoya, atravesada por el arroyo del Artiñuelo y asentada en el fondo de un valle fluvial formado por las aguas procedentes de las cumbres de la sierra. El entorno está configurado por laderas boscosas que presentan una notable variación paisajística a lo largo de las estaciones del año.

La localidad se encuentra al pie de los puertos de Cotos y de La Morcuera, en una zona caracterizada por temperaturas moderadas. Uno de sus principales referentes patrimoniales es el Monasterio de Nuestra Señora de El Paular, al que se accede a través del Puente del Perdón y que constituye un elemento central de su historia.

Fue fundada en la Edad Media por pobladores segovianos y permaneció vinculada a Segovia hasta 1833, formando parte del sexmo de Lozoya.

Su economía estuvo ligada durante siglos al monasterio, así como a la ganadería y a la explotación maderera, actividades que definieron el desarrollo histórico de la Villa.

It is a mountain Villa located in the Lozoya Valley, crossed by the Artiñuelo Stream and situated at the bottom of a river valley formed by waters coming from the mountain peaks. The surroundings are characterised by wooded slopes that show a remarkable landscape variation throughout the seasons of the year.

The town is located at the foot of the Cotos and La Morcuera passes, in an area characterised by moderate temperatures. One of its main heritage landmarks is the Monastery of Nuestra Señora de El Paular, which can be accessed via the Puente del Perdón and constitutes a central element of its history.

Rascafría was founded in the Middle Ages by settlers from Segovia and remained linked to Segovia until 1833, forming part of the Lozoya district.

Its economy was tied for centuries to the monastery, as well as to livestock farming and timber exploitation activities that shaped the historical development of the Villa.

Coche Car

Toma la A-1 desde Madrid

Take the A-1 from Madrid

Conduce aproximadamente 65 km

Drive around 65 km

Sal por la salida 69

Exit at junction 69

Sigue señales hacia Rascafría

Follow the signs towards Rascafría

A-1

65 KM

69



Transporte Público Public Transport

Toma el autobús 191 en el intercambiador de Plaza de Castilla

Take bus 191 from the Plaza de Castilla interchange



San Martín de Valdeiglesias

Se sitúa en las estribaciones de la sierra de Gredos y su perfil urbano está presidido por el castillo de la Coracera.

Según la tradición histórica, su construcción fue impulsada por Don Álvaro de Luna tras adquirir en 1434 el pueblo y señorío por 30.000 maravedís, sobre un promontorio donde ya existía al menos un torreón.

Desde entonces, el castillo domina el conjunto urbano y constituye uno de los principales referentes patrimoniales de la localidad. Frente a esta fortaleza se alza la iglesia de San Martín Obispo, edificada en el siglo XVII sobre los restos de un templo anterior, tras una reclamación de los vecinos ante el Consejo de Castilla por el incumplimiento en su mantenimiento.

Junto a su patrimonio histórico, el municipio ha desarrollado una actividad económica ligada al cultivo de la vid y a la elaboración de vinos, compatible con una tradición ganadera que se refleja en su gastronomía local, basada en asados acompañados de vinos de producción propia.

It is located in the foothills of the Gredos mountains, and its urban profile is dominated by the La Coracera Castle.

According to historical tradition, its construction was initiated by Don Alvaro de Luna after he acquired the town and lordship in 1434 for 30.000 maravedis (an ancient Spanish currency), on a promontory where at least a tower already existed.

Since then, the castle overlooks the town and is one of the main heritage landmarks of the locality. Opposite this fortress stands the Church of San Martin Obispo, built in the 17th century on the remains of an earlier temple, following a complaint by local residents to the Council of Castile regarding its lack of maintenance.

Alongside its historical heritage, the municipality has developed an economic activity linked to vine cultivation and winemaking, which is compatible with a livestock farming tradition reflected in its local cuisine, based on roasts accompanied by wines of its own production.

Coche Car

Toma la A-5 desde Madrid

Take the A-5 from Madrid

Conduce aproximadamente 30 km

Drive around 30 km

Sal por la salida 32

Exit at junction 32

Sigue señales hacia San Martín de Valdeiglesias

Follow signs towards San Martin de Valdeiglesias

A-5

30 KM

32



Transporte Público Public Transport

Toma el autobús 551-04 en el intercambiador de Príncipe Pío

Take bus 551-04 from the Principe Pio interchange



Torrelaguna

Es una de las localidades con mayor trayectoria histórica de la Comunidad de Madrid. Alcanzó su etapa de mayor prosperidad a finales del siglo XV y comienzos del XVI, coincidiendo con la época de influencia del cardenal Cisneros, nacido en la Villa.

El municipio conserva un destacado conjunto patrimonial formado por casas señoriales, viviendas de hidalgos y clérigos, palacios y conventos, reflejo de la importancia alcanzada en ese periodo.

De origen medieval, su casco histórico mantiene el trazado del antiguo recinto amurallado, al que se accede por la puerta del Santo Cristo de Burgos. El recorrido urbano conduce a la Plaza Mayor, centro histórico y social de la Villa, a la que se llega atravesando restos de la muralla como el arco de San Bartolomé o la puerta del Sol.

En Torrelaguna también residieron Santa María de la Cabeza y San Isidro Labrador y se encuentra enterrado el poeta Juan de Mena, circunstancias que refuerzan el valor histórico y cultural del conjunto urbano.

It is one of the localities with the most extensive historical legacy in the Comunidad de Madrid. It reached its period of greatest prosperity at the end of the 15th century and the beginning of the 16th, coinciding with the era of influence of Cardinal Cisneros, who was born in the Villa.

The municipality preserves an outstanding heritage ensemble composed of manor houses, residences of nobles and clergymen, palaces, and convents, reflecting the importance it attained during that period.

Of medieval origin, its historic centre retains the layout of the old walled enclosure, which is accessed through the Santo Cristo de Burgos Gate. The urban route leads to the Plaza Mayor, the historic and social heart of the town, reached by crossing remnants of the wall such as the San Bartolome Arch or the Puerta del Sol.

Torrelaguna was also home to Santa Maria de la Cabeza and San Isidro Labrador, and the poet Juan de Mena is buried there, circumstances that enhance the historical and cultural value of the urban ensemble.

Coche Car

Toma la A-1 desde Madrid

Take the A-1 from Madrid

Conduce aproximadamente 50 km

Drive around 50 km

Sal por la salida 50

Exit at junction 50

Sigue señales hacia Torrelaguna

Follow signs towards Torrelaguna

A-1

50 KM

50



Transporte Público Public Transport

Toma el autobús 197 en el intercambiador de Plaza de Castilla

Take bus 197 from the Plaza de Castilla interchange



Villarejo de Salvanés

Es una localidad cuyo desarrollo histórico está ligado a la Orden de Santiago, que decidió fundar la población a mediados del siglo XIII, posiblemente sobre una antigua torre de vigilancia. Durante siglos fue sede de la Encomienda Mayor de Castilla, condición que marcó su relevancia territorial. En 1571, Luis de Requesens, comendador mayor de Castilla, ordenó la construcción del Santuario y Convento de Nuestra Señora de la Victoria tras la victoria de la Liga Santa en la Batalla de Lepanto, cumpliendo una promesa realizada a la Virgen.

El principal referente patrimonial del municipio es su castillo, erigido originalmente por la Orden de Santiago y transformado entre los siglos XV y XVI hasta adquirir su configuración actual como fortaleza señorial. En torno a esta construcción defensiva, destinada a proteger el acceso norte a los territorios de la Orden en la Meseta Sur, se consolidó el núcleo urbano. El conjunto histórico se completa con edificaciones como la Casa de la Tercia y la iglesia de San Andrés, que refuerzan el carácter castellano de la Villa.

It is a town whose historical development is linked to the Order of Santiago, which decided to establish the settlement in the mid 13th century, possibly on an ancient watchtower. For centuries, it was the seat of the Encomienda Mayor de Castilla, a status that highlighted its territorial importance. In 1571, Luis de Requesens, grand commander of Castile, ordered the construction of the Sanctuary and Convent of Nuestra Señora de la Victoria, following the victory of the Holy League at the Battle of Lepanto, fulfilling a promise made to the Virgin.

The main heritage landmark of the municipality is its castle, originally built by the Order of Santiago and transformed between the 15th and 16th centuries into its current form as a noble fortress. Surrounding this defensive structure, designed to protect the northern access to the Order's territories in the southern plateau, the urban nucleus was established. The historic centre is completed with buildings such as the Casa de la Tercia and the Church of San Andres, which reinforce the Castilian character of the Villa.

Coche
Car

Toma la A-3 desde Madrid
Take the A-3 from Madrid
Conduce aproximadamente 50 km
Drive around 50 km
Sal por la salida 48
Exit at junction 48
Sigue señales hacia Villarejo de Salvanés
Follow signs towards Villarejo de Salvanés

A-3

50 KM

48



Transporte Público
Public Transport

Toma el autobús 353 en la estación Méndez Álvaro
Take bus 353 from the Mendez Alvaro station

A rustic dining table set for a meal. In the foreground, a white plate holds a hearty dish with meat, potatoes, and chickpeas. Next to it is a bowl of similar food. Several glasses of red wine are placed around the table. In the background, more tables and chairs are visible, creating a warm, inviting atmosphere. The text "SPOON-BASED MENUS IN THE VILLAS" is overlaid on the left side of the image.

SPOON-BASED
MENUS
IN THE
VILLAS

MENÚS DE
CUCHARA
EN LAS
VILLAS

La Plaza del Olivo

Buitrago del Lozoya



Reservas / Reservations
608 14 12 71

Dirección / Address
Ctra. de Villavieja, s/n



Comedor serrano con cocina casera, guisos tradicionales, croquetas propias y un ambiente tranquilo y acogedor.
Serrano style dining room with homemade cuisine, traditional stews, signature croquettes, and a calm and welcoming atmosphere.



1^{er} PLATO

Torreznos de Soria
Soria style torreznos



Callos a la madrileña
Madrid style tripe

POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee

BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

30€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



La Parrilla del Keoss

Buitrago del Lozoya



Reservas / Reservations
918 68 12 52

Dirección / Address
C/ de la Cadena, 3



Cocina tradicional, carnes a la parrilla, productos frescos de la Sierra Norte y carnes de denominación de origen.
Traditional cuisine, grilled meats, fresh products from the Sierra Norte, and meats with Designation of Origin.

Panceta fresca
Fresh pork belly

1^{er} PLATO



Judiones
Large white beans

POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee

BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

30€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante J.J.

Buitrago del Lozoya



Reservas / Reservations

642 89 47 24

Dirección / Address

C/ Real, 18, Local Comercial



Cocina tradicional y casera con guisos, carnes y platos reconocibles servidos en un ambiente cotidiano y cercano.

Traditional homemade cuisine with stews, meats, and recognisable dishes served in a casual and friendly environment.



Judiones de la Granja
La Granja's white large beans



2º PLATO

Cachopín asturiano
Asturian style cachopín



POSTRE O CAFE

Postre o café
Dessert or coffee



BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Ajo Fino

Chinchón



Reservas / Reservations

916 19 80 62

Dirección / Address

Pza. Mayor, 32



Rincón gastronómico donde tradición local y cocina creativa, de proximidad y temporada se unen con identidad propia.

A gastronomic corner where local tradition and creative cuisine, based on proximity and seasonal ingredients, come together with a distinctive identity.

Judías chinchonetas
Chinchon style white beans



Bacalao al horno con pasas
Baked cod with raisins



2º PLATO

Postre
Dessert



POSTRE

1 bebida incluida
1 drink included

Incluye un aperitivo de
patatas chulas con ajetes
Includes an appetizer of
patatas chulas with garlic

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



La Balconada

Chinchón



Reservas / Reservations

918 94 13 03

Dirección / Address

Pza. Mayor, s/n



Espacio gastronómico en edificio histórico con ambiente elegante y rústico, vistas destacadas y servicio atento y cercano.
A gastronomic space in a historic building with an elegant and rustic atmosphere, outstanding views, and attentive, friendly service.



1^{er} PLATO

Morquilla o chorizo
del pueblo
Local blood sausage or
chorizo



Sopa de ajo
Garlic soup

POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee

BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person

Solo válido de
lunes a viernes
Valid only from
Monday to Friday



Localización
Location

Web
Website



La Señora Winebar

Chinchón



Reservas / Reservations

911 15 53 54

Dirección / Address

Ctra. de Quiñones, 2



Cocina española con tapas reconocibles, carnes destacadas y cuidada selección de vinos de pequeños productores.
Spanish cuisine with recognisable tapas, highlighted meats, and a careful selection of wines from small producers.

Ajetes tiernos
fritos de Chinchón
Fried tender garlic shoots
from Chinchón

Estofado de ternera
con champiñones
Beef stew with mushrooms

Postre o café
Dessert or coffee

1 bebida incluida
1 drink included

30€
persona / person

1^{er} PLATO



POSTRE O CAFÉ

BEBIDA



Localización
Location

Web
Website



Mesón Cuevas del Vino

Chinchón



Reservas / Reservations

918 94 02 06

Dirección / Address

C/ de Benito Hortelano, 13, Bajo



Mantiene cocina tradicional al horno de leña en un edificio histórico cuidadosamente conservado.

It preserves traditional wood-fired cuisine in a carefully maintained historic building.



Sopa de fideos
Noodle soup



Puchero con los garbanzos
y las viandas
Traditional stew with
chickpeas and assorted
meats



POSTRE

Postre
Dessert



SIN BEBIDA

Bebida no incluida
Drink not included

35€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Mesón de la Virreina

Chinchón



Reservas / Reservations

918 94 00 15

Dirección / Address

Pl. Mayor, 28



Restaurante de cocina castellana tradicional con grandes comedores, asados clásicos y balconadas con vistas a la Plaza Mayor de Chinchón.

Traditional Castilian cuisine restaurant with large dining rooms, classic roasts, and balconies overlooking Chinchón's Plaza Mayor.



Sopa castellana
Castilian soup

Lechal al horno de leña
Wood-fired roasted
suckling lamb



2º PLATO



POSTRE O CAFE

Postre o café
Dessert or coffee



BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

35€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante del Parador de Chinchón

Chinchón



Reservas / Reservations
918 94 08 36

Dirección / Address
C/ de los Huertos, 1



Cocina madrileña de asados, guisos y recetas de cuchara servida en edificio histórico lleno de memoria.
Madrid style cuisine featuring roasts, stews, and spoon recipes served in a historic building full of history.



1^{er} PLATO

Croquetas de jamón ibérico
Iberian ham croquettes



Callos y morros al estilo de Chinchón
Chinchon style tripe and pig snouts

POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee



Bebida no incluida
Drink not included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



VILLAS A
FUEGO LENTO

Restaurante la Casa del Convento

Chinchón



Reservas / Reservations
689 67 54 27

Dirección / Address
Tra. de Zurita, 7, Bajo



Comedor que une técnica y territorio con cocina reconocible, producto cercano, espacios tranquilos y memoria culinaria.
A dining room that combines technique and territory with recognisable cuisine, local products, calm spaces, and a constant culinary memory.

Croquetas y alcachofa con salsa de queso
Croquettes and artichoke with cheese sauce

1^{er} PLATO



Judiones de la Granja
La Granja's large white beans

Postre
Dessert

POSTRE



Bebida incluida
Drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



VILLAS A
FUEGO LENTO

Casa Pepe - Dosherma

Colmenar de Oreja



Reservas / Reservations

918 94 35 70

Dirección / Address

Pza. Mayor, 20



Mantiene viva la cocina tradicional local utilizando producto autóctono y ofreciendo una experiencia culinaria en un entorno histórico.

It keeps alive the local traditional cuisine by using native products and offering a culinary experience in a historic setting.



Judías blancas con matanza
White beans with pork from
the traditional slaughter



2º PLATO

Chuletillas de lechal
Suckling lamb chops



POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee



BEBIDA

Bebida incluida
Drink included

35€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante Crescencio

Colmenar de Oreja



Reservas / Reservations

918 94 43 06

Dirección / Address

C/ de Fosant, 1



Negocio familiar de cocina tradicional que mantiene 3 generaciones ofreciendo calidad con producto cercano y asesoramiento experto.

A family-run establishment of traditional cuisine that maintains 3 generations offering quality with local products and expert advice.

Croqueta, Queso,
Chicharrones y Anchoas
Croquette, Cheese, Pork
cracklings, and Anchovies



1º PLATO

Ternera al desarreglo
con patatas chulas
"Al desarreglo" beef
with chulas potatoes



Postre
Dessert



POSTRE

Bebida incluida
Drink included



BEBIDA

30€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante El Palique

Colmenar de Oreja



Reservas / Reservations

918 94 47 73

Dirección / Address

Pza. Mayor, 3



Interpreta la cocina local con producto de temporada, equilibrando tradición y un enfoque contemporáneo cuidadosamente elaborado.
It interprets local cuisine with seasonal ingredients, balancing tradition with a carefully crafted contemporary approach.



1^{er} PLATO

Vermut y anchoas, Pozas, Patatas chulas y Queso*
Vermouth and anchovies, Pozas, Chulas potatoes and Cheese*



Ternera al desarreglo y Bacalao al horno*
"Al desarreglo" beef and Baked cod*

POSTRE

Postre
Dessert

BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person

*Degustación al centro de la mesa para compartir
*Shared tasting at the center of the table



Localización
Location

Web
Website



Restaurante La Cantina J. Mingo

Colmenar de Oreja



Reservas / Reservations

918 94 48 52

Dirección / Address

Pza. del Arco, 5



Desarrolla una cocina casera y de autor que combina producto local con recetas propias elaboradas cuidadosamente.
Develops homemade and signature cuisine that combines local products with carefully prepared original recipes.

Croquetas, Canapé de anchoa, Chicharrones y Poza
Croquettes, Anchovy canape, Pork cracklings and Poza

1^{er} PLATO



Ternera al desarreglo con patatas chulas
"Al desarreglo" beef with chulas potatoes

POSTRE

Postre
Dessert

BEBIDA

Bebida incluida
Drink included

30€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



La Charca Verde

Manzanares El Real



Reservas / Reservations
918 53 05 57

Dirección / Address
Pza. del Raso, 10



Ofrece gastronomía tradicional en un restaurante referente que destaca por su entorno natural y propuesta reconocible.
It offers traditional gastronomy in a renowned restaurant known for its natural environment and recognisable proposal.



Sopa castellana
Castilian soup



Entrecot de ternera ecológica de la Sierra de Guadarrama
Organic beef entrecote from the Sierra de Guadarrama



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

25€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



La Variable

Manzanares El Real



Reservas / Reservations
918 53 05 36

Dirección / Address
C/ de Sta. Teresa, 10



Desarrolla una cocina sencilla con platos reconfortantes adaptados a cada época del año y elaborados con cuidado.
Develops simple cuisine with comforting dishes adapted to each season of the year, prepared with care.

Huevos rotos con cecina
Broken eggs with cecina



Garbanzos con langostinos
Chickpeas with prawns

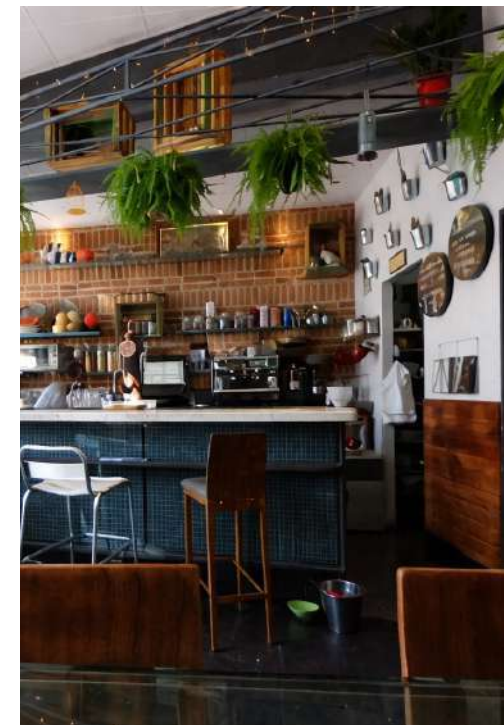


Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Bar Restaurante Las Cinco Herraduras

Manzanares El Real



Reservas / Reservations

654 91 51 10

Dirección / Address

C/ del Marqués de Santillana



Cocina española bien ejecutada en un entorno natural diseñado para disfrutar comidas tranquilas y agradables.

Well-executed Spanish cuisine in a natural setting designed for enjoying quiet and pleasant meals.



1^{er} PLATO

Morcilla Ibérica de Burgos
Iberian blood sausage from Burgos



Rabo de toro estofado
Braised oxtail

POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee

BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

35€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante La Jara

Manzanares El Real



Reservas / Reservations

910 42 56 20

Dirección / Address

C/ de los Panaderos, 4



Ofrece gastronomía casera y tradicional, bien ejecutada, en un ambiente familiar, cercano y libre de artificios.

It offers homemade and traditional cuisine, well-prepared, in a family-friendly, approachable, and unpretentious environment.

Arroz caldoso, Alcachofas con jamón o Pimientos asados
Brothy rice, Artichokes with ham or Roasted peppers

1^{er} PLATO



Rabo de toro estofado
Braised oxtail

POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee

BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

30€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante Parra

Manzanares El Real



Reservas / Reservations
918 53 95 77

Dirección / Address
C/ de los Panaderos, 13



Ensalza la cocina tradicional con carnes serranas, platos típicos y postres caseros elaborados con recetas de hace décadas.
It celebrates traditional cuisine with mountain meats, typical dishes, and homemade desserts made from recipes dating back decades.



Callos o Judiones
con matanza
Madrid style tripe or Large
white beans with pork from
the traditional slaughter



Rabo de toro estofado
Braised oxtail



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



El Caserón de los Arcos

Navalcarnero



Reservas / Reservations
629 74 58 08

Dirección / Address
C/ de El Escorial, 25



Mantiene viva la tradición vinícola y gastronómica local desde un bar y bodega gestionados familiarmente.
It keeps the local wine and gastronomic traditions alive from a family-run bar and winery.

Ensalada mixta
Mixed salad

1er PLATO

Callos a la madrileña
Madrid style tripe



Postre y café
Dessert and coffee



1 bebida incluida
1 drink included

25€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Hostería de las Monjas

Navalcarnero



Reservas / Reservations
918 11 18 05 / 918 11 18 19

Dirección / Address
C/ de la Iglesia, 1



Asador histórico con un patrimonio centenario que preserva la cocina tradicional y su memoria colectiva con dedicación.

A historic roastery that preserves traditional cuisine amid centuries-old heritage and collective memory, transmitted with dedication.



Sopa castellana
Castilian soup



2º PLATO

Entrecot de ternera con
guarnición o Merluza
rellena de salmón
Beef entrecote with garnish
or Hake stuffed with salmon



POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee



SIN BEBIDA

Bebida no incluida
Drink not included

35€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Las Cuevas del Carnero

Navalcarnero



Reservas / Reservations
918 11 04 61

Dirección / Address
C/ de San Roque, 3



Ofrece cocina castellana tradicional con asados, guisos y recetas caseras vinculadas a la memoria culinaria local.
It offers traditional Castilian cuisine with roasts, stews, and homemade recipes linked to local culinary memory.

Castellana de las Cuevas
Castellana de las Cuevas



Perdiz de caza
escabechada
Picked game
partridge



Postre o café
Dessert or coffee



POSTRE O CAFÉ

Bebida no incluida
Drink not included



SIN BEBIDA

35€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante Asador La Terraza

Navalcarnero



Reservas / Reservations
651 83 67 27

Dirección / Address
Pza. de Segovia, 11



Desarrolla una cocina clásica de asador donde el cordero destaca y el producto se trabaja con tiempo y cuidado.
It develops a classic roasting cuisine where lamb stands out, and the product is prepared with time and care.



Sopa castellana
Castilian soup



2º PLATO
Pierna de cordero asado
Roast leg of lamb



POSTRE
Postre
Dessert



1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante El Rincón de Loli

Nuevo Baztán



Reservas / Reservations
643 10 79 51

Dirección / Address
C/ de los Jardines, 6



Apuesta por una cocina sencilla y bien ejecutada, acompañada de hospitalidad constante que define su propuesta.
It focuses on simple, well-executed cuisine, accompanied by consistent hospitality that defines its proposal.

Sopa de cocido
Cocido soup



Cocido completo
Complete cocido



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

25€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



La Casa Vieja de Baztán

Nuevo Baztán



Reservas / Reservations
671 06 23 36

Dirección / Address
Pza. de la Iglesia, 7



Ofrece cocina tradicional en entorno histórico, con una experiencia definida por el constante ritmo turístico cotidiano.
It offers traditional cuisine in a historic setting, with an experience defined by the constant daily tourist rhythm.



Sopa de cocido
Cocido soup



Cocido completo
Complete cocido



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

25€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Mesón El Conde

Nuevo Baztán



Reservas / Reservations
918 73 53 27 / 636 12 40 10

Dirección / Address
Pza. de la Iglesia, 5



Desarrolla cocina tradicional cuidadosamente elaborada, con asados destacados y una trayectoria familiar sólida y reconocida.
Develops carefully crafted traditional cuisine, with outstanding roasts and a solid, well-known family background.



Sopa de cocido
Cocido soup



Cocido completo
Complete cocido

Postre o café
Dessert or coffee

1 bebida incluida
1 drink included

33€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



El Bodegón de Patones de Arriba

Patones de Arriba



Reservas / Reservations
699 84 04 76

Dirección / Address
C/ del Arroyo, 5



Nació del empeño juvenil por la cocina tradicional, basada en recetas heredadas, huerta propia y trato familiar.

Born from young people's dedication to traditional cuisine, based on inherited recipes, own garden produce, and a familial approach.



Judiones caseros
Homemade
large white beans



2º PLATO

Tiras de cerdo
100% ibérico
100% Iberian
pork strips



POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee



BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

30€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



El Chiscón de Patones

Patones de Arriba



Reservas / Reservations
609 12 62 61

Dirección / Address
Pza. de Llano, 12



Ofrece una experiencia gastronómica de raíz tradicional en un entorno acogedor, con proximidad natural a la sierra.

It offers a gastronomic experience rooted in tradition in a cosy environment, with natural proximity to the mountain.

Migas con huevo, morcilla
o chistorra y uvas pasas
Migas with egg, blood
sausage or chistorra
and raisins



1er PLATO

Judiones con
perdiz o matanza
Large white beans with
pork from the traditional
slaughter or partridge



Postre o café
Dessert or coffee



POSTRE O CAFÉ

1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



El Lavadero de Patones

Patones de Arriba



Reservas / Reservations
651 97 91 10

Dirección / Address
C/ Buenavista, 29



Desarrolla cocina basada en carnes seleccionadas y producto de temporada, siempre tratado con precisión y cuidado.
It develops cuisine based on selected meats and seasonal produce, always handled with precision and care.



1º PLATO

Migas revolconas
Migas revolconas



Judías pintas o
Judiones
Pinto beans or
Large white beans



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

28€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



El Origen

Patones de Arriba



Reservas / Reservations
652 57 78 73

Dirección / Address
C/ de la Paloma, 15



Ofrece cocina de mercado elaborada con técnicas ancestrales para recuperar sabores olvidados y plenamente auténticos.
It offers market cuisine prepared with ancient techniques to recover forgotten and truly authentic flavours.

Judiones de Montejo a
fuego lento en barro y brasa
Montejo's large white beans
slow-cooked in clay
pots over embers



Bombón de buey
ahumado con gel de
mermelada de tomates
Smoked ox "bombon"
with tomato jam gel

2º PLATO

Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



El Rey de Patones

Patones de Arriba



Reservas / Reservations
918 43 20 37

Dirección / Address
C/ de las Azas, 13



Cocina de tradición local que integra memoria familiar, relatos personales y una creatividad contemporánea equilibrada.
Cuisine of local tradition that incorporates family memory, personal stories, and balanced contemporary creativity.



1^{er} PLATO

Una croqueta del rey
A king's croquette



Judiones con oreja, chorizo, rabo y morcilla
Large white beans with pig's ear, chorizo, oxtail, and blood sausage

POSTRE

Postre
Dessert



BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



El Rincón de Patones

Patones de Arriba



Reservas / Reservations
650 42 71 39

Dirección / Address
C/ del Arroyo, 16



Desarrolla una cocina tradicional con aportaciones actuales, cuidada en un entorno plenamente integrado en su paisaje natural.
It develops traditional cuisine with current contributions, carefully prepared in an environment fully integrated into its natural landscape.

Judiones, Migas y Delicias del Rincón de Patones*
Large white beans, Migas and Delicias from the Rincon de Patones*



Rabo de toro deshuesado
Boneless oxtail



Postre o café
Dessert or coffee



POSTRE O CAFÉ

Bebida no incluida
Drink not included



SIN BEBIDA

*Al centro de la mesa para compartir
*Shared at the center of the table

34'50€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Asador la Fanega de Roque

Rascafria



Reservas / Reservations

918 69 19 30

Dirección / Address

Av. del Paular, 19



Ofrece cocina serrana tradicional con asados lentos, carnes locales destacadas y propuestas informales nocturnas centradas en producto.

It offers traditional mountain cuisine with slow roasts, notable local meats, and informal evening proposals focused on high-quality products.



Judiones con chorizo y oreja
Large white beans with chorizo and pig's ear



2º PLATO

Cochinillo frito o Entrecot de ternera
Fried suckling pig or Beef entrecote



POSTRE + CAFÉ

Postre y café
Dessert and coffee



SIN BEBIDA

Bebida no incluida
Drink not included

33€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Casa Briscas

Rascafria



Reservas / Reservations

918 69 12 26

Dirección / Address

Pza. de España, 13



Cocina tradicional desde 1900, basada en productos serranos como fabes y carnes cuidadosamente seleccionadas.

Traditional cuisine since 1900, based on mountain products such as fabes (large beans) and carefully selected meats.

Fabada de la casa
House fabada



1er PLATO

Rabo de toro estofado con patatas fritas
Braised oxtail with fried potatoes



Postre o café
Dessert or coffee



POSTRE O CAFÉ

1 bebida incluida
1 drink included



BEBIDA

30€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante Caldea Rascafria

Rascafria



Reservas / Reservations
630 64 95 71

Dirección / Address
Av. del Paular, 37



“ Ofrece calidez en cada rincón con una cocina creativa de “toda una vida”.
It offers warmth in every corner with creative lifelong traditional cooking. ”



Caldo especial de la abuela
Grandma's special broth



Potaje del bosque y la huerta con sabores de la sierra
Forest and garden stew with flavors from the mountains



Postre no incluido
Dessert not included



1 bebida incluida
1 drink included

28€
persona / person

Solo valido lunes, martes y viernes
Valid only on Mondays, Tuesdays, and Fridays



Localización
Location

Web
Website



Restaurante La Isla

Rascafria



Reservas / Reservations
680 46 13 28

Dirección / Address
M-604, Km. 31



“ Ofrece cocina casera con recetas madrileñas y carnes certificadas, elaboradas en un entorno plenamente natural.
It offers homemade cuisine with Madrid recipes and certified meats, prepared in a fully natural environment. ”

Morcilla a la plancha
Grilled blood sausage



Judiones con matanza
Large white beans with pork from the traditional slaughter



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

30€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante - Bar Terraza Nevero Paz

Rascafria



Reservas / Reservations
660 27 44 58

Dirección / Address
Pza. de la Cruz, 1



Cocina tradicional estacional, diversos menús, terraza amplia y eventos con música en directo para celebraciones.

Seasonal traditional cuisine, various menus, spacious terrace, and events with live music for celebrations.



Sopa de cocido
Cocido soup



Entrecot de la Sierra de
Guadarrama con patatas
Entrecote from the Sierra
de Guadarrama with
potatoes



Postre o café
Dessert or coffee



Bebida incluida
Drink included

26'50€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante 7 Capillas y Hacienda la Coracera

San Martín de Valdeiglesias



Reservas / Reservations
918 61 34 91

Dirección / Address
C/ del Pilar, 11



Ofrece cocina española renovada, espacios versátiles y compromiso constante con recetas tradicionales y productos de calidad.

It offers renewed Spanish cuisine, versatile spaces, and a constant commitment to traditional recipes and quality products.

Crema de calabaza y
tomate del Alberche asado
Roasted pumpkin and
Alberche's tomato cream



Redondo de ternera en
salsa de frutos rojos
Beef eye round in
red berry sauce



Postre y café
Dessert and coffee



Bebida incluida
Drink included



35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante Bioko

San Martín de Valdeiglesias



Reservas / Reservations
677 50 07 27

Dirección / Address
C/ de la Corredera Baja, 16



Una cocina tradicional con guiños internacionales, carta flexible, sabor prioritario y experiencia informal acompañada de amplia oferta.
It develops traditional cuisine with international touches, a flexible menu, prioritising flavour, and an informal experience accompanied by a wide selection.



1^{er} PLATO

Propuesta del día
Daily special



Judiones con oreja
Large white beans with pig's ear

POSTRE + CAFÉ

Postre y café
Dessert and coffee

BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

25€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante Eneldo

San Martín de Valdeiglesias



Reservas / Reservations
918 61 00 20

Dirección / Address
Av. Madrid, 42



Cocina madrileña centrada en parrilla, producto local, huerta propia y técnicas al fuego cuidadosamente aplicadas.
Madrid style cuisine focused on grilling, local products, own garden produce, and carefully applied fire techniques.

Croquetas de cecina, jamón y boletus o morcilla y pera
Croquettes of cecina, ham and boletus or blood sausage and pear

1^{er} PLATO



Carrillada al vino tinto
Red wine-braised cheeks

POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee

BEBIDA

Bebida incluida
Drink included

33€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante Valleyglesias

San Martin de Valdeiglesias



Reservas / Reservations

607 69 73 55

Dirección / Address

C/ de la Corredera Alta, 28



Ofrece cocina de mercado con producto local, carta equilibrada y técnicas actuales que respetan la tradición.

It offers market cuisine with local ingredients, balanced menu, and current techniques that respect tradition.



Sopa de cocido
Cocido soup



Cocido completo
Complete cocido



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Alfolí de la Sal

Torrelaguna



Reservas / Reservations

918 43 16 53

Dirección / Address

C/ Estrella, 7



Cocina tradicional con enfoque creativo, desarrollada en un espacio cultural ubicado en alhóndiga histórica rehabilitada.

It develops traditional cuisine with a creative approach, set in a cultural space located in a rehabilitated historic grain warehouse.

Croquetas caseras
Homemade croquettes



Callos a la madrileña
Madrid style tripe



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included



35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Mesón Restaurante Antigua Casa Patata

Torrelaguna



Reservas / Reservations
918 43 00 02

Dirección / Address
C/ Malacuera, 2



Ofrece cocina tradicional centrada en carnes, acompañada de un trato cercano y una atención cuidada.

It offers traditional cuisine centred on meats, with friendly service and attentive care.



Judiones de la Granja
La Granja's white large beans



2º PLATO

Migas serranas con
huevo y chorizo
Serrana style migas with
egg and chorizo



POSTRE O CAFÉ

Postre o café
Dessert or coffee



BEBIDA

1 bebida incluida
1 drink included

35€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



Casa Moraleda

Torrelaguna



Reservas / Reservations
655 80 97 94

Dirección / Address
C/ del Cardenal Cisneros, 15



Cocina tradicional centrada en cocido madrileño histórico, elaborado en ambiente rústico y disponible para grupos.

Traditional cuisine focused on the historic Madrid style stew, prepared in a rustic environment and available for groups.

Sopa de cocido
Cocido soup



Cocido completo
Complete cocido



Postre o café
Dessert or coffee



POSTRE O CAFÉ

1 bebida incluida
1 drink included



BEBIDA

35€

persona / person



Localización
Location

Web
Website



A Donde

Torrelaguna



Reservas / Reservations
918 43 00 95

Dirección / Address
C/ de Sta. Bárbara, 2



Desarrolla cocina honesta al momento, platos para compartir, ambiente cercano y precios ajustados que invitan a quedarse. It develops honest, freshly prepared dishes, shareable plates, a friendly atmosphere, and affordable prices that invites to stay.



Revuelto de morcilla
Blood sausage scramble



Caldereta de ternera y patatas carré
Beef stew with carre potatoes



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

25€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante el Asador de Villarejo

Villarejo de Salvanes



Reservas / Reservations
918 74 43 61 / 636 07 53 47

Dirección / Address
C/ Encomienda, 68, Autovia del Este A-3 Salida 51



Ofrece menú diario casero y variado, con acceso cómodo y espacios preparados para celebraciones y eventos diversos. It offers a homemade and varied daily menu, with comfortable access and spaces prepared for celebrations and various events.

Sopa castellana
Castilian soup



Cocido completo
Complete cocido



Postre o café
Dessert or coffee



Bebida incluida
Drink included



25€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante Carmelo

Villarejo de Salvanes



Reservas / Reservations
609 32 22 18

Dirección / Address
C/ de la Encomienda, 30



Cocina de autor creativa y de mercado, reinterpretando guisos tradicionales con técnica, tiempo y respeto al producto.
Creative and market-style signature cuisine, reinterpreting traditional stews with technique, time, and respect for the product.



Patatas guisadas
a la marinera
Sailor style stewed
potatoes



Lingote de cochinillo
a baja temperatura
Low temperature
suckling pig terrine



Postre o café
Dessert or coffee



1 bebida incluida
1 drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



La Bodega de Quintín

Villarejo de Salvanes



Reservas / Reservations
911 31 63 07 / 691 84 39 98

Dirección / Address
C/ Toril, 2



Propone cocina tranquila en una antigua bodega, con carta cuidada y selección de vinos nacionales e internacionales.
It offers a peaceful cuisine in an old cellar, with a carefully curated menu and a selection of national and international wines.

Crema mozárabe de
calabaza, anacardo y curry
Mozarabic pumpkin,
cashew and curry cream



Carrilleras de ternera
con puré de apinabo
Braised cheeks
with celeriac puree



Postre o café
Dessert or coffee



Bebida no incluida
Drink not included



Incluye un
aperitivo de la casa
Includes a house appetizer
35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante el Empecinado

Villarejo de Salvanés



Reservas / Reservations
910 85 02 50

Dirección / Address
C/ Batanes, 6



Desarrolla cocina española honesta basada en brasa, guisos reconocibles y ambiente funcional pensado para compartir.
It develops honest Spanish cuisine based on grilling, recognisable stews, and a functional environment designed for sharing.



1^{er} PLATO

Croquetas caseras de jamón ibérico
Homemade Iberian ham croquettes



Rabo de toro guisado con patatas
Stewed oxtail with potatoes

POSTRE O CAFE

Postre o café
Dessert or coffee

BEBIDA

Bebida incluida
Drink included

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



Restaurante La Tercia

Villarejo de Salvanés



Reservas / Reservations
649 49 24 40

Dirección / Address
C/ de las Tres Cruces, 2



Ofrece gastronomía tradicional actualizada, elaborada en un edificio histórico que aporta carácter y contexto singular.
It offers updated traditional cuisine, prepared in a historic building that adds character and a unique context.

Sopa de ajo
Garlic soup

Medio conejo asado a baja temperatura
Half rabbit slow-roasted at low temperature

Postre o café
Dessert or coffee

Bebida incluida*
Drink included*

*Maridaje con 3 vinos de Madrid
*Paired with 3 wines from Madrid






2^o PLATO

POSTRE O CAFE

BEBIDA

35€
persona / person



Localización
Location

Web
Website



MADRID
RECIPE BOOK

RECETARIO
MADRILEÑO



Caldereta de ternera

Es una preparación tradicional de gran difusión en la Península Ibérica, originaria de Castilla-La Mancha. Consiste en un guiso elaborado a partir de un sofrito al que se añade carne troceada y vino blanco.

Tras una cocción lenta, se incorpora agua hasta obtener un caldo denso. Su nombre procede de los calderos usados antiguamente.

Aunque la receta original emplea cordero, en la cocina contemporánea es frecuente la versión con ternera.

It's a traditional dish widely popular in the Iberian Peninsula, originating from Castilla-La Mancha. It consists of a stew made from a sauté where chopped meat and white wine are added.

After slow cooking, water is incorporated until a thick broth is achieved. Its original name, caldereta, comes from the cauldrons used in the past.

Although the original recipe uses lamb, a modern variation frequently uses beef.



Caldereta de ternera

Ingredientes

- 2 pimientos verdes
- 2 cebollas
- 1 puerro
- 3 dientes de ajo
- 3 ramitas de perejil
- 3 hojas de laurel
- 2 zanahorias
- 1 cayena
- 250 g de tomate triturado
- ½ vaso de vino blanco
- 1 kg de carne de ternera para guisar
- 2 kg de patatas
- ½ vaso de aceite
- Agua
- Sal

Elaboración

En primer lugar, se pican los pimientos, los ajos, la cebolla, el puerro y la zanahoria. A continuación, se pelan y pican las patatas, que se dejan en un barreño con agua mientras tanto para que no se pongan negras. Seguidamente, se echa el aceite en la cacerola y se pone al fuego.

Después, se echa el pimiento para que se rehogue y, a continuación, se añade la cebolla junto con el puerro. Seguidamente, se incorpora la zanahoria y los ajos, y se echa el perejil junto con la hoja de laurel. Se deja que se fría todo esto durante 15 minutos, dándole vueltas de vez en cuando.

Pasado este tiempo, se echa la carne en la cacerola junto con todo lo anterior, y también el tomate triturado y la cayena. A continuación, se incorpora la sal y el vino blanco, y se fríe todo junto hasta que la carne esté un poco frita y ya no esté cruda.

Seguidamente, se echa agua hasta que cubra la carne y se deja cocer entre una 1 hora y media y 2 horas, hasta que la carne esté blandita. A continuación, se echa la patata a la cacerola y, si hace falta, se añade más agua hasta que cubra todo. Se deja cocer durante tres cuartos de hora y, por último, se prueba de sal y, si hace falta, se rectifica.

(Receta para 6 personas)

Fuente: RTVE - Carnicería de Madrid

Beef stew

Ingredients

- 2 green peppers
- 2 onions
- 1 leek
- 3 garlic cloves
- 3 sprigs of parsley
- 3 bay leaves
- 2 carrots
- 1 cayenne pepper
- 250 g of crushed tomato
- ½ glass of white wine
- 1 kg of beef suitable for stewing
- 2 kg of potatoes
- ½ glass of oil
- Water
- Salt

Preparation

First, chop the peppers, garlic, onion, leek, and carrots. Next, peel and dice the potatoes, keeping them in a basin with water to prevent browning. Then, pour the oil into the pot and place it on the stove.

Afterward, add the peppers to sauté, followed by the onion and leek. Next, incorporate the carrots and garlic, then add the parsley and bay leaves. Let everything fry for about 15 minutes, stirring occasionally.

Once this time has passed, add the meat to the pot along with all the previous ingredients, as well as the crushed tomato and cayenne pepper. Then, add salt and the white wine, and fry everything together until the meat is slightly browned and no longer raw.

Next, add enough water to cover the meat and let it cook for about 1 and a half to 2 hours, until the meat is tender. Then, add the potatoes to the pot, and if necessary, add more water until everything is covered. Let it cook for about three-quarters of an hour. Finally, check the salt and adjust if needed.

(Serves 6)

Source: RTVE - Carnicería de Madrid



Callos a la madrileña

Son un guiso tradicional de la cocina de Madrid, elaborado con estómago de vacuno guisado lentamente. Plato popular y contundente, estuvo ligado históricamente a tabernas y fondas, especialmente en invierno.

Su origen se documenta desde el siglo XV y fue considerado comida sustanciosa y económica. Con el tiempo adquirió prestigio y se integró en la gastronomía formal, manteniendo una preparación gelatinosa, sabrosa y con ligero punto picante.

They are a traditional stew from Madrid's cuisine, made with slow-cooked beef stomach.

This popular and hearty dish was historically associated with taverns and inns, especially in winter.

Its origins date back to the 15th century, and it was considered a filling and economical meal. Over time, it gained prestige and became part of formal gastronomy, maintaining a gelatinous, flavourful preparation with a slight traditional Madrid style spiciness.



Callos a la madrileña

Ingredientes

- 1 kg de callos
- 1 pata de ternera
- 1 morro de ternera
- 1 chorizo asturiano ahumado
- 1 morcilla asturiana ahumada
- 1 punta de jamón
- 2 cebollas
- 1 cabeza de ajos
- 2 zanahorias
- 2 hojas de laurel
- 1 cucharadita de pimentón dulce (25 g)
- 1 cucharadita de pimentón picante
- 1 cucharadita de pimienta negra en grano
- 2 clavos de olor
- 1 cayena
- Agua
- Aceite de oliva
- Sal

Elaboración

En primer lugar, se limpian y se trocean los callos.

A continuación, se ponen a cocer los callos junto con la pata y el morro, un hueso de jamón, una cebolla, una cabeza de ajos, laurel, pimienta negra y clavo, 2 zanahorias y agua, justo la cantidad necesaria para que lo cubra todo. Se deja cocer lentamente y con la cacerola tapada.

Cuando los callos estén tiernos, se añade el chorizo y la morcilla, que se habrán cocido aparte previamente.

Seguidamente, se limpian bien los huesos, se trituran la zanahoria, la cebolla y el ajo, y se pone el conjunto a punto de sal y cayena.

Por otro lado, se hace un sofrito de cebolla muy picada y bien pochada, al que se añade el pimentón dulce, en proporción de 25 gramos por 5 kilos de callos.

Finalmente, se incorpora este sofrito al guiso y se deja cocer todo junto durante 10 minutos.

Fuente: Academia Madrileña de Gastronomía

Madrid style tripe

Ingredients

- 1 kg of tripe
- 1 veal foot
- 1 veal snout
- 1 smoked Asturian chorizo
- 1 smoked Asturian blood sausage
- 1 ham tip
- 2 onions
- 1 head of garlic
- 2 carrots
- 2 bay leaves
- 1 teaspoon of sweet paprika (25 g)
- 1 teaspoon of hot paprika
- 1 teaspoon of black peppercorns
- 2 cloves
- 1 cayenne pepper
- Water
- Olive oil
- Salt

Preparation

First, clean and cut the tripe into pieces.

Next, place the tripe along with the veal foot, snout, a ham bone, one onion, a head of garlic, bay leaves, black pepper, cloves, 2 carrots, and enough water to cover everything in a pot. Let it simmer slowly with the lid on.

When the tripe is tender, add the chorizo and blood sausage, which will have been cooked separately beforehand.

Then, thoroughly clean the bones, blend the carrot, onion, and garlic, and season everything with salt and cayenne pepper.

Meanwhile, make a saute with finely chopped and well-poached onion, to which you add the sweet paprika, about 25 grams for every 5 kilos of tripe.

Finally, incorporate this saute into the stew and cook everything together for 10 minutes.

Source: Academia Madrileña de Gastronomía

Carrilleras



Son una preparación documentada desde la Edad Media, cuando comenzaron a valorarse partes menos nobles del cerdo. Proceden de los músculos de la mandíbula y se caracterizan por su sabor intenso.

Tradicionalmente se han guisado con alubias, verduras o patatas, y en la cocina contemporánea admiten diversas elaboraciones.

De consumo hoy generalizado, requieren una cocción lenta y precisa para alcanzar su textura melosa característica en la gastronomía española tradicional.

It's a preparation documented since the Middle Ages, when less noble parts of the pig began to be appreciated. It comes from the muscles of the jaw and is characterised by its intense flavour.

Traditionally, it has been stewed with beans, vegetables, or potatoes, and in contemporary cuisine, it allows for various preparations.

Widely consumed today, these cuts require slow and precise cooking to achieve their characteristic tender, melt-in-the-mouth texture in traditional Spanish cuisine.



Carrilleras

Ingredientes

- 18 carrilleras de cerdo ibérico
- Sal
- Pimienta
- Aceite de oliva
- 3 cebollas dulces
- 1 ramita de tomillo
- 1 ramita de romero
- 2 hojas de laurel
- 1 vaso de vino tinto
- Caldo de carne o agua

Elaboración

En primer lugar, se salpimentan las carrilleras y se doran en una cazuela con un poco de aceite.

Una vez doradas, se retiran y se reservan. En el mismo aceite, se estofan a fuego suave las cebollas muy picadas.

A continuación, se vuelve a poner la carne en la cazuela, se agregan las hierbas y se da un par de vueltas al conjunto.

Seguidamente, se agrega el vino tinto, se sube el fuego y se deja que se evapore el alcohol.

A continuación, se cubre con caldo o agua y se deja cocer a fuego suave durante unas 2 horas, comprobando la cocción de vez en cuando, ya que el tiempo dependerá del tamaño de las carrilleras.

Las carrilleras deben quedar jugosas y con salsa. Se sirven acompañadas de puré de patatas o con patatas fritas en dados.

(Receta para 6 personas)

Fuente: Real Academia Española de Gastronomía

Cheek meat

Ingredients

- 18 Iberian pork cheek meat pieces
- Salt
- Pepper
- Olive oil
- 3 sweet onions
- 1 sprig of thyme
- 1 sprig of rosemary
- 2 bay leaves
- 1 glass of red wine
- Meat broth or water

Preparation

First, season the cheek meat with salt and pepper and brown them in a casserole with a little olive oil.

Once browned, remove and set aside. In the same oil, gently saute the finely chopped onions.

Then, return the meat to the casserole, add the herbs, and give everything a couple of turns.

Next, pour in the red wine, increase the heat, and let the alcohol evaporate.

Then, cover with broth or water and simmer gently for about 2 hours, checking the doneness occasionally, as the cooking time will depend on the size of the cheek meat pieces.

The cheek meat should remain juicy and with sauce. They are served with mashed potatoes or diced fried potatoes.

(Serves 6)

Source: Real Academia Española de Gastronomía



Cocido madrileño

Constituye el plato más representativo de la gastronomía de Madrid y una síntesis de los cocidos españoles.

Procede de antiguas ollas y se consolida a partir del siglo XVII con la incorporación de la patata.

De cocción, se organiza tradicionalmente en 3 vuelcos: primero la sopa, después las verduras y finalmente las carnes.

Popular y nutritivo, fue durante décadas comida cotidiana y símbolo de integración social, adaptable a mesas humildes y aristocráticas.

Its the most representative dish of Madrid's cuisine and a summary of Spanish stews.

It originates from ancient pots and was established in the 17th century with the addition of potatoes.

Traditionally, the cooking process is organised into 3 stages: first the broth, then the vegetables, and finally the meats.

Popular and nutritious, it was, for decades, an everyday food and a symbol of social integration, adaptable to humble and aristocratic tables.



Cocido madrileño

Ingredientes

- 350 g de garbanzo castellano
- 1 repollo
- 1 manojo de judías verdes (opcional: cardillos o acelgas, aunque lo más común es el repollo)
- 500 g de zanahorias
- 6 patatas medianas
- ½ cebolla con 1 clavo de olor
- 500 g de morcillo (opcional: añadir falda de ternera)
- 4 huesos de caña de vaca
- 2 muslos y contramuslos de gallina o pollo de corral
- 1 chorizo para cocido tipo Cantimpalo
- 1 morcilla de cebolla
- 3 puntas y/o huesos de jamón serrano
- 1 trozo de tocino fresco (mejor papada)
- 1 trozo de tocino blanco (unos 200 g)
- 1 puñado de fideos finos

Elaboración

La noche de la víspera se ponen los garbanzos a remojo en agua templada con 2 cucharadas soperas de sal; en una olla grande de base ancha se coloca la carne, los huesos de jamón y de caña (atados de 2 en 2 con una cuerda fina para que no se salga el tuétano) y el tocino, se pone a calentar y, cuando empieza a hervir, se retira la espuma que se haya formado y se añaden los garbanzos escurridos de su agua (se pueden introducir dentro de una red para que no se desparramen); cuando rompe el hervor se baja el fuego para que, sin dejar de cocer, el cocido se haga lo más lentamente posible.

Una hora después se añade la gallina y media cebolla pequeña con un clavo de olor clavado, se vuelve a retirar la espuma, se tapa y se deja cocer en total unas 3 horas y media; en un puchero aparte se cuece la verdura (judías verdes, repollo o cardillos) junto con los chorizos y la morcilla se cuece por separado, añadiendo las patatas peladas media hora antes de servir.

Llegado el momento se saca caldo para preparar la sopa con los fideos, sirviéndose el primer vuelco con la sopa acompañada de cebolletas frescas y piparras, el segundo vuelco con los garbanzos bien escurridos junto con la patata, la zanahoria y las judías verdes, mientras el repollo se rehoga en aceite con un diente de ajo en rodajas.

Finalmente el tercer vuelco con las carnes, el morcillo cortado en trozos cúbicos y el jamón, el tocino, el pollo, el chorizo y la morcilla en rodajas, acompañándose los 2 últimos vuelcos con salsa de tomate frito (con o sin comino) y aceite de oliva.

(Receta para 6 personas)

Fuente: Academia Madrileña de Gastronomía

Madrid style stew

Ingredients

- 350 g of Castilian chickpeas
- 1 cabbage
- 1 bunch of green beans (optional: cardoons or chard, although cabbage is most common)
- 500 g of carrots
- 6 medium potatoes
- ½ onion with 1 clove
- 500 g of beef shank (optional: add beef brisket)
- 4 beef marrow bones
- 2 thighs and drumsticks of hen or farm chicken
- 1 Cantimpalo-style stew chorizo
- 1 onion blood sausage
- 3 tips and/or bones of serrano ham
- 1 piece of fresh pork fat (preferably jowl)
- 1 piece of white bacon (about 200 g)
- A handful of fine noodles

Preparation

On the night before, soak the chickpeas in warm water with 2 tablespoons of salt. In a large, wide pot, place the meat, ham bones, and beef marrow bones (tied in pairs with a thin string to prevent the marrow from spilling) along with the pork fat. Heat the pot, and once it starts boiling, remove any foam that forms. Add the drained chickpeas (you can place them inside a net to prevent them from spreading.) When it reaches a boil, reduce the heat so the stew cooks as slowly as possible without stopping.

After an hour, add the hen and half a small onion with a clove inserted. Remove any foam again, cover, and let it cook for a total of about 3 and a half hours. In a separate pot, cook the vegetables (green beans, cabbage, or cardoons) along with the chorizo and blood sausage, cooking them separately. About half an hour before serving, add the peeled potatoes.

When ready to serve, set aside broth to prepare the noodle soup; the first serving includes the soup with fresh scallions and piparras. The second serving contains the drained chickpeas along with the potato, carrot, and green beans, while the cabbage is sautéed in oil with sliced garlic.

Finally, the third serving includes the meats: the beef shank cut into small cubes, along with slices of ham, pork fat, chicken, chorizo, and blood sausage. The last 2 servings are accompanied by fried tomato sauce (with or without cumin) and olive oil.

(Serves 6)

Source: Academia Madrileña de Gastronomía



Crema de verduras de la huerta

Es un plato de cuchara elaborado principalmente a partir de calabaza, cocinada mediante una cocción suave y triturada hasta obtener una textura cremosa.

Tradicionalmente vinculada al aprovechamiento agrícola, la calabaza fue durante siglos un cultivo complementario en el campo.

Esta elaboración destaca por su sencillez, su carácter reconfortante y su capacidad para poner en valor el sabor natural del producto, especialmente apreciado en épocas frías dentro de la cocina cotidiana.

It's a spoon dish mainly made from pumpkin, cooked gently and blended until achieving a creamy texture.

Traditionally linked to agricultural waste, pumpkin was for centuries a complementary crop in rural areas.

This dish stands out for its simplicity, comforting character, and ability to highlight the natural flavour of the ingredients, especially appreciated during colder times in everyday cuisine.



Crema de verduras de la huerta

Ingredientes

- Calabaza
- Tomate del Alberche
- Patata
- Puerro
- Nata
- Sal
- Aceite

Elaboración

En primer lugar, se pelan, lavan y cortan la calabaza, el tomate del Alberche, la patata y el puerro en trozos pequeños.

A continuación, se echan en una olla y se ponen a hervir.

Una vez cocidos, se retiran la calabaza, el tomate de Alberche, la patata y el puerro y se llevan a la batidora, reservando el agua de la cocción.

Se bate la mezcla y se va incorporando el agua de la cocción según la textura que se desee, más o menos líquida.

Una vez triturada la mezcla, se echa un chorro de nata y sal al gusto, y se vuelve a batir.

Por último, se sirve la crema en un plato y se echa un chorro de aceite.

Fuente: RTVE

Vegetable cream from the Garden

Ingredients

- Pumpkin
- Alberche's tomato
- Potato
- Leek
- Cream
- Salt
- Oil

Preparation

First, peel, wash, and cut the pumpkin, Alberche's tomato, potato, and leek into small pieces.

Then, place them in a pot and bring to a boil.

Once cooked, remove the pumpkin, Alberche tomato, potato, and leek, and transfer them to a blender, reserving the cooking water.

Blend the mixture and gradually add the cooking water to reach the desired consistency, whether more or less liquid.

Once the mixture is blended, add a splash of cream and salt to taste, then blend again.

Finally, serve the cream in a dish and drizzle a little olive oil over the top.

Source: RTVE



Escabechado de codornices con pochas

Es un plato tradicional de la cocina madrileña que combina legumbres y ave de caza menor.

Las pochas se cuecen suavemente y se ligan con un fondo de verduras trituradas. Las codornices, troceadas y doradas, se cocinan posteriormente con vinagre, aceite, vino blanco y hierbas aromáticas.

El resultado es una elaboración equilibrada, de cocción lenta, en la que la suavidad de la legumbre armoniza con el sabor intenso y jugoso de la carne.

It's a traditional dish from Madrid cuisine that combines legumes and small game bird.

The pochas are gently cooked and thickened with a puree of vegetables. The quails, chopped and browned, are then cooked with vinegar, olive oil, white wine, and aromatic herbs.

The result is a well-balanced, slow-cooked preparation where the tenderness of the legume harmonizes with the intense, juicy flavour of the meat.



Escabechado de codornices con pochas

Ingredientes

- 4 codornices
- 400 g de pochas
- 2 cebolletas
- 1 tomate
- 1 pimiento verde
- 2 dientes de ajo
- 50 ml de vino blanco
- Agua
- 150 ml de vinagre
- 175 ml de aceite de oliva
- Sal
- Pimienta
- 8 granos de pimienta negra
- 2 hojas de laurel
- 1 rama de tomillo
- Perejil picado

Elaboración

En primer lugar, se cuecen las pochas en una cazuela con un poco de agua y sal. Se introducen el tomate, una cebolleta y el pimiento verde sin semillas, se riega con una cucharada de aceite y se deja cocer a fuego suave durante 25 minutos.

Una vez cocidas, se retira la verdura de las pochas y se pasa por el vaso de la batidora, triturándola bien.

A continuación, se incorpora de nuevo al cazo de las pochas y se reserva.

Seguidamente, se trocean las codornices en 4 partes, se salpimentan y se doran en una cazuela con un chorrito de aceite. Se trocea la otra cebolleta y se incorpora a la cazuela en la que se han dorado las codornices.

A continuación, se vierte el vinagre, 150 ml de aceite, las hojas de laurel y el tomillo. Seguidamente, se añade el vino blanco, los ajos pelados y enteros y los granos de pimienta, y se cocina todo durante 25 a 30 minutos.

Por último, se sirven las pochas en un plato hondo y se colocan encima las codornices. Se salsea por encima y se espolvorea con perejil picado.

(Receta para 2 personas)

Fuente: Chef Bruno Oteiza

Picked quails with pochas

Ingredients

- 4 quails
- 400 g of pochas
- 2 spring onions
- 1 tomato
- 1 green pepper
- 2 garlic cloves
- 50 ml of white wine
- Water
- 150 ml of vinegar
- 175 ml of olive oil
- Salt
- Pepper
- 8 black peppercorns
- 2 bay leaves
- 1 sprig of thyme
- Chopped parsley

Preparation

First, cook the pochas in a pot with a little water and salt. Add the tomato, one spring onion, and the green pepper (without seeds), drizzle with a tablespoon of olive oil, and simmer gently for 25 minutes.

Once cooked, remove the vegetables from the pochas and blend them thoroughly in a blender.

Then, return the puree to the pot with the pochas and set aside.

Next, cut the quails into 4 pieces, season with salt and pepper, and brown them in a pot with a splash of olive oil. Chop the other spring onion and add it to the pot with the browned quails.

Then, pour in the vinegar, 150 ml of olive oil, the bay leaves, and the thyme. After that, add the white wine, peeled whole garlic cloves, and peppercorns, and cook everything for about 25 to 30 minutes.

Finally, serve the pochas in a deep dish, place the quail pieces on top, spoon the sauce over, and sprinkle with chopped parsley.

(Serves 2)

Source: Chef Bruno Oteiza



Estofado de ternera

Es un plato tradicional de cuchara elaborado mediante una cocción lenta de carne de ternera troceada.

Tras dorarse previamente, la carne se cocina junto a verduras y se liga con vino y caldo, obteniendo una salsa melosa.

La elaboración pausada permite que la ternera alcance una textura muy tierna.

Servido caliente, suele acompañarse de guarniciones sencillas y representa una técnica clásica de la cocina española doméstica de larga tradición culinaria nacional.

It's a traditional hearty dish made by slow-cooking chopped beef.

After browning the meat beforehand, it is cooked together with vegetables and thickened with wine and broth, resulting in a tender, flavourful sauce.

The slow cooking process allows the beef to become very tender.

Served hot, it is usually accompanied by simple side dishes and represents a classic technique of home Spanish cuisine with a long-standing culinary tradition.



Estofado de ternera

Ingredientes

- 1 kg de carne de ternera para guisar en dados (aguja, morcillo...)
- 2 cebollas
- 2 zanahorias
- 1 diente de ajo
- 1 copa de vino tinto
- 500 ml de caldo de carne
- Harina (para rebozar la carne)
- Perejil fresco
- Sal
- Pimienta
- 1 hoja de laurel

Elaboración

En primer lugar, se salpimenta la carne y se pasa por harina. A continuación, en una cazuela, se dora la carne en aceite muy caliente y se retira.

En el mismo recipiente, se incorporan las cebollas picadas, las zanahorias en rodajas y el diente de ajo picado, y se deja estofar hasta que las verduras estén bien doradas.

Seguidamente, se añade la carne, se riega con el vino y se deja reducir.

A continuación, se incorpora el caldo y se deja cocer a fuego bajo durante 1 hora y media, hasta que la carne se separe en hebras.

Por último, se sirve el estofado acompañado de patatas fritas cortadas en cuadraditos y se espolvorea con perejil picado.

Fuente: Real Academia Española de Gastronomía

Beef stew

Ingredients

- 1 kg of beef for stewing (beef shank, brisket...)
- 2 onions
- 2 carrots
- 1 garlic clove
- 1 glass of red wine
- 500 ml of beef broth
- Flour (for dredging the meat)
- Fresh parsley
- Salt
- Pepper
- 1 bay leaf

Preparation

First, season the meat with salt and pepper and coat it with flour. Then, in a pot, brown the meat in very hot oil and remove it.

In the same pot, add the chopped onions, sliced carrots, and chopped garlic, and saute until the vegetables are well browned.

Next, add the meat back in, pour in the wine, and let it reduce.

Then, add the broth and cook on low heat for about an hour and a half, until the meat falls apart.

Finally, serve the stew accompanied by diced fried potatoes and sprinkle with chopped parsley.

Source: Real Academia Española de Gastronomía



Judiones con matanza

Son un guiso tradicional de cuchara elaborado a partir de grandes alubias blancas cocidas lentamente.

Se preparan mediante una cocción pausada junto a distintas partes del cerdo y se enriquecen con un sofrito que aporta color y sabor.

De carácter contundente y reconfortante, es un plato que se sirve muy caliente y que representa la cocina tradicional española, basada en productos de calidad, técnicas culinarias transmitidas y el aprovechamiento integral del cerdo en la despensa histórica.

They are a traditional hearty stew made from large white beans cooked slowly.

They are prepared through a slow simmer with various parts of pork and enriched with a saute that adds colour and flavour.

This dish is robust and comforting, served very hot, and represents traditional Spanish cuisine, based on quality ingredients, culinary techniques passed down through generations, and the full utilization of pork products in the historic pantry.



Judiones con matanza

Ingredientes

- 350 g de judiones
- 1 hoja de laurel
- 1 oreja de cerdo
- 1 morcillo de cerdo
- 125 g de chorizo
- 1 cebolla mediana
- Aceite de oliva virgen extra
- 3 dientes de ajo
- 2 ramitas de perejil
- 1 cucharada de pimentón dulce
- Sal

Elaboración

En primer lugar, se ponen los judiones en remojo durante 8 horas en agua fría. Pasado este tiempo, se escurren y se colocan en una cazuela, cubiertos con agua fría, al fuego. Se agrega la hoja de laurel y, cuando rompa a hervir, se incorporan la oreja, el morcillo de cerdo y el chorizo.

A continuación, se tapa la cazuela y se deja cocer a fuego lento durante 2 horas, o hasta que los judiones estén tiernos pero enteros. Mientras tanto, se pela y pica la cebolla fina y se rehoga en un poco de aceite, procurando que no coja color.

Seguidamente, se majan en el mortero los dientes de ajo pelados y picados, el perejil y un pellizco de sal, y se agrega esta mezcla a la cebolla.

Se retira del fuego, se añade el pimentón, se remueve y se incorpora el sofrito a las judías.

Por último, se rectifica la sazón si fuera necesario. Se sacan la oreja, el morcillo y el chorizo, se cortan en trozos regulares, se incorporan de nuevo al guiso y se sirve muy caliente.

(Receta para 6 personas)

Fuente: Real Academia Española de Gastronomía

Judiones con matanza

Ingredients

- 350 g of judiones
- 1 bay leaf
- 1 pig's ear
- 1 pork shank
- 125 g of chorizo
- 1 medium onion
- Extra virgin olive oil
- 3 garlic cloves
- 2 sprigs of parsley
- 1 tablespoon of sweet paprika
- Salt

Preparation

First, soak the beans in cold water for 8 hours. After this time, drain them and place them in a pot covered with cold water overheat. Add the bay leaf, and when it starts to boil, add the pig's ear, the pork shank, and the chorizo.

Then, cover the pot and simmer on low heat for 2 hours, or until the beans are tender but still whole. Meanwhile, peel and finely chop the onion and saute it in a little oil, making sure it does not brown.

Next, mash the peeled and chopped garlic cloves, parsley, and a pinch of salt in a mortar, and add this mixture to the onion.

Remove from the heat, add the paprika, stir, and incorporate this sofrito into the beans.

Finally, adjust the seasoning if necessary. Remove the pig's ear, pork shank, and chorizo, cut them into regular pieces, return them to the stew, and serve very hot.

(Serves 6)

Source: Real Academia Española de Gastronomía



Rabo de toro guisado

Información / Information

Es un plato tradicional de la cocina española elaborado mediante una larga cocción.

La pieza se marina previamente y se guisa junto a verduras, vino y hierbas aromáticas hasta lograr una salsa densa y melosa.

Documentado desde la antigüedad y popularizado en el siglo XIX, este guiso pasó de un consumo popular a integrarse en la gastronomía formal, convirtiéndose en una elaboración emblemática servida muy caliente en la tradición culinaria.

It's a traditional dish from Spanish cuisine made through a long cooking process.

The oxtail is marinated beforehand and simmered with vegetables, wine, and aromatic herbs until a dense, tender sauce is achieved.

Documented since antiquity and popularised in the 19th century, this stew transitioned from a popular dish to a staple in formal gastronomy, becoming an emblematic preparation served very hot within the culinary tradition.



Rabo de toro guisado

Elaboración e Ingredientes

Ingredientes

- 2 kg de rabo
- 1 l de vino (para macerar durante 12 horas con las verduras)
- 100 g de tocino
- 200 g de tomate molido
- 5 dientes de ajo
- 1 kg de zanahorias
- 2 pimientos rojos
- 4 hojas de laurel

Elaboración

En primer lugar, se echan en la olla aproximadamente 2 cucharas soperas de aceite y 100 gramos de tocino de un buen jamón picadito.

A continuación, se añaden las verduras, ya separadas de la maceración, y se saltean hasta que estén pochadas. Seguidamente, se echa también a la olla el rabo.

Se rehoga todo hasta que el rabo pierda el color rojizo propio y, a continuación, se vuelca el tomate molido y los pimientos choriceros.

Al final, se añade el vino y un litro de agua o, si se dispone de él, caldo de carne.

Se deja cocer durante un mínimo de 3 a 4 horas; si se utiliza olla a presión, se cuece durante 2 horas, vigilando que no se agarre y añadiendo agua si fuera necesario. Por último, se salpimenta al gusto.

Oxtail stew

Preparation & Ingredients

Ingredients

- 2 kg of oxtail
- 1 litre of wine (marinate it for 12 hours with vegetables)
- 100 g of bacon
- 200 g of crushed tomato
- 5 garlic cloves
- 1 kg of carrots
- 2 red peppers
- 4 bay leaves

Preparation

First, place about 2 tablespoons of oil and a 100 grams of chopped cured ham (from a good ham) into a pot.

Next, add the vegetables, already separated from the marinade, and saute until softened. Then, add the oxtail to the pot.

Saute everything until the oxtail loses its reddish colour, then add the tomato paste and the red peppers.

Finally, pour in the wine and a litre of water or, if available, beef broth.

The stew is simmered for a minimum of 3 to 4 hours; if using a pressure cooker, cook for 2 hours, making sure it doesn't stick and adding water if necessary. Finally, season with salt and pepper to taste.

Fuente: RTVE - Bodegas Mezquita

Source: RTVE - Bodegas Mezquita



Sopa castellana

Es un plato emblemático de la gastronomía española, presente en numerosas regiones.

Tradicionalmente concebida como receta de aprovechamiento, se elabora a partir de pan, ajo y caldo, enriquecidos con pimentón y huevo.

De preparación sencilla y cocción breve, ofrece un resultado reconfortante y sabroso.

Servida caliente, ha sido históricamente un alimento cotidiano, apreciado por su capacidad nutritiva y por su permanencia en la tradición culinaria popular española a lo largo del tiempo.

It's an emblematic dish of Spanish cuisine, present in many regions.

Traditionally conceived as a recipe for using up leftovers, it is made from bread, garlic, and broth, enriched with paprika and egg.

With simple preparation and quick cooking, it offers a comforting and flavourful result.

Served hot, it has historically been an everyday meal, appreciated for its nutritional value and its enduring presence in Spanish popular culinary tradition over time.



Sopa castellana

Ingredientes

- 6–8 rodajas de pan
- Aceite de oliva
- 1,5 litros de caldo de ave
- 4 dientes de ajo
- Sal
- 4 huevos
- Pimentón dulce
- 4 lonchas de jamón ibérico
- 1 hueso de jamón

Elaboración

En primer lugar, se cuece previamente un hueso de jamón en el caldo para darle más sustancia, durante un tiempo aproximado de entre 1 hora y media y 2 horas.

A continuación, se tuestan las rodajas de pan en una sartén y se frota con ajo.

Seguidamente, en una cazuela con aceite de oliva, se ponen los 3 ajos restantes laminados.

Cuando el ajo empiece a “bailar”, se añade el pimentón y el pan tostado con ajo.

A continuación, se riega con el caldo poco a poco y se deja cocer durante 20 minutos.

Después, se baja el fuego y se añaden los huevos para que se cocinen ligeramente en la sopa.

Por último, se sirven las raciones de sopa en cuencos y se coronan con una loncha de jamón ibérico. Se refresca con hierbabuena.

Fuente: RTVE

Castilian soup

Ingredients

- 6–8 slices of bread
- Olive oil
- 1,5 litres of chicken broth
- 4 garlic cloves
- Salt
- 4 eggs
- Sweet paprika
- 4 slices of Iberian ham
- 1 ham bone

Preparation

First, boil a ham bone in the broth to add more flavour, for approximately 1 and a half to 2 hours.

Next, toast the bread slices in a skillet and rub them with garlic.

Then, in a saucepan with olive oil, add the remaining 3 garlic cloves sliced.

When the garlic starts to “dance,” add the paprika and the toasted garlic bread.

Gradually pour in the broth and let it simmer for 20 minutes.

Afterward, lower the heat and add the eggs to cook lightly in the soup.

Finally, serve the soup in bowls and top each with a slice of Iberian ham. Garnish with fresh mint.

Source: RTVE



Sopa de ajo

Es una elaboración tradicional de la cocina española basada en la sencillez y la técnica.

Se prepara a partir de pan asentado, ajo y pimentón, ligados con agua o caldo mediante una cocción breve y controlada.

El resultado es una sopa aromática y de sabor profundo, que se sirve muy caliente.

Su presencia constante en la gastronomía regional la ha convertido en un referente culinario asociado a la cocina cotidiana y estacional.

It's a traditional Spanish dish rooted in simplicity and technique.

It is made from stale bread, garlic, and paprika, combined with water or broth through a brief, controlled cooking process.

The result is an aromatic soup with a deep flavour, served very hot.

Its consistent presence in regional cuisine has made it a culinary staple associated with every day and seasonal cooking.



Sopa de ajo

Ingredientes

- 150 g de pan de víspera
- 3 dientes de ajo
- Aceite de oliva virgen extra
- ½ cucharada de pimentón dulce
- 1,5 l de agua o caldo
- Sal

Elaboración

En primer lugar, se corta el pan en lonchas finas y se pelan y pican los dientes de ajo.

A continuación, se calienta aceite en una sartén y se fríe el pan hasta que se dore.

Seguidamente, se agregan los dientes de ajo y, antes de que cojan color, se espolvorea con el pimentón.

Para que no se queme, se pone rápidamente el agua caliente.

A continuación, se sazona y se deja cocer suavemente durante 10 minutos.

Por último, se sirve la sopa de ajo en cazuelas individuales de barro.

(Receta para 6 personas)

Fuente: Real Academia Española de Gastronomía

Garlic soup

Ingredients

- 150 g of stale bread
- 3 garlic cloves
- Extra virgin olive oil
- ½ tablespoon of sweet paprika
- 1,5 l of water or broth
- Salt

Preparation

First, cut the stale bread into thin slices and peel and chop the garlic cloves.

Next, heat olive oil in a skillet and fry the bread until golden.

Then, add the garlic cloves and, before they brown, sprinkle with the paprika.

To prevent burning, quickly pour in the hot water.

Season the soup and let it simmer gently for about 10 minutes.

Finally, serve the garlic soup in individual clay pots.

(Serves 6)

Source: Real Academia Española de Gastronomía



Ternera al desarreglo

Es una elaboración tradicional vinculada a la gastronomía de Colmenar de Oreja.

Se trata de un guiso de ternera cocinada lentamente con abundante cebolla, tomate, ajo y vino blanco, hasta lograr una carne tierna y jugosa.

Su preparación pausada responde a una tradición rural transmitida oralmente, asociada a comidas compartidas en el campo.

El plato debe su nombre a una elaboración colectiva y espontánea, reflejo de la cocina popular local histórica.

It's a traditional dish linked to the gastronomy of Colmenar de Oreja.

It is a slow-cooked beef stew made with plenty of onions, tomatoes, garlic, and white wine, resulting in tender and juicy meat.

Its slow preparation reflects a rural tradition passed down orally, associated with shared meals in the countryside.

The original name of this dish comes from a spontaneous and collective preparation, reflecting the local traditional folk cooking.



Ternera al desarreglo

Ingredientes

- 1 kg de ternera para guisar
- 1 kg de cebolla
- ½ kg de tomates
- Ajos
- Vino malvar de Colmenar
- Aceite
- Sal

Elaboración

En primer lugar, se fríe la cebolla en un caldero, procurando que no llegue a dorarse.

A continuación, se añaden los trozos de ternera sazonada, cortados en tacos no muy grandes. El fuego no debe estar muy fuerte, para que la carne se guise lentamente.

Cuando la carne esté dorada, se añaden bastantes ajos sin pelar. Una vez consumido el jugo de la carne, se incorpora vino blanco malvar de Colmenar y agua, en una proporción de una cuarta parte de vino y tres cuartas partes de agua, hasta que cubra toda la carne.

Por último, se deja a fuego lento hasta que la carne esté tierna y termine de hacerse.

Fuente: TeleMadrid

"Al desarreglo" beef

Ingredients

- 1 kg of beef suitable for stewing
- 1 kg of onions
- ½ kg of tomatoes
- Garlic
- Colmenar's malvar white wine
- Olive oil
- Salt

Preparation

First, fry the onions in a pot, making sure they do not brown.

Next, add the seasoned beef pieces, cut into small chunks. The heat should not be too high, so the meat cooks slowly.

When the meat is browned, add plenty of unpeeled garlic cloves. Once the meat's juices are absorbed, add Malvar white wine from Colmenar and water, in a ratio of one part wine to 3 parts water, until the meat is covered.

Finally, simmer on low heat until the meat is tender and fully cooked.

Source: TeleMadrid



Pelotas de fraile

También conocidas como berlinesas, son un dulce tradicional elaborado a partir de un pequeño bollo frito y bañado en azúcar.

Documentadas desde el siglo XVI, se asocian tradicionalmente a Colmenar de Oreja.

Su denominación procede de una tradición conventual que elaboraba bollos redondos para celebraciones.

De gran aceptación popular, han trascendido el ámbito local y cuentan con variantes internacionales, especialmente en Argentina, donde suelen presentarse rellenas con cremas y mezclas dulces.

Also known as Berliners, are a traditional sweet made from a small fried bun coated in sugar.

Documented since the 16th century, they are traditionally associated with Colmenar de Oreja.

Their name originates from a convent tradition that prepared round buns for celebrations.

Very popular, they have transcended local boundaries and have international variations, especially in Argentina, where they are often filled with creams and sweet fillings.



Pelotas de fraile

Ingredientes

- Limones
- Levadura prensada fresca
- Harina
- Anís (especia)
- Leche
- Aceite virgen
- Azúcar

Elaboración

En primer lugar, se ponen en un bol el azúcar, la leche, el anís, la ralladura de limón, la harina y la levadura, y se remueve todo bien hasta obtener una masa maleable.

A continuación, sobre una superficie plana, se amasa bien con ayuda de un rodillo y se va separando la masa en pequeños trozos para formar las bolas.

Seguidamente, se deja fermentar la masa, ya separada en bolas, durante unas horas, hasta que se observe que ha crecido. Mientras tanto, se pone una sartén al fuego con aceite bien caliente.

Una vez fermentadas, se fríen las bolas en el aceite caliente y se sacan con cuidado.

Por último, se pasan por un plato lleno de azúcar, bañándolas bien. Si se desea, se pueden rellenar de crema, chocolate o dulce de leche.

Fuente: RTVE

Friar's balls

Ingredients

- Lemons
- Fresh pressed yeast
- Flour
- Anise (spice)
- Milk
- Virgin olive oil
- Sugar

Preparation

First, place the sugar, milk, anise, lemon zest, flour, and yeast in a bowl, and mix everything well until you get a pliable dough.

Next, on a flat surface, knead the dough thoroughly with a rolling pin, then divide it into small pieces to form balls.

Then, let the dough balls ferment for a few hours until they have grown in size. Meanwhile, heat a skillet with plenty of hot oil.

Once fermented, fry the balls in the hot oil and carefully remove them.

Finally, roll them in a plate filled with sugar, coating them well. If desired, they can be filled with cream, chocolate, or dulce de leche.

Source: RTVE



Retorcidos

Son un dulce típico de la repostería popular madrileña, especialmente vinculado a San Martín de Valdeiglesias.

Se elaboran con una masa sencilla de harina, azúcar, vino blanco, aceite, cítricos y almendra, que se estira fina y se enrolla en varillas antes de freírse.

Tras la fritura se rebozan en azúcar. Crujientes y aromáticos, forman parte de la tradición festiva y de la cocina doméstica transmitida entre generaciones, de carácter local reconocible históricamente.

They are a typical sweet from Madrid's popular pastry tradition, especially linked to San Martin de Valdeiglesias.

They are made with a simple dough of flour, sugar, white wine, oil, citrus zest, and almonds, which is rolled out thin and wrapped around rods before frying.

After frying, they are coated in sugar. Crispy and aromatic, they are part of festive traditions and homemade cuisine passed down through generations, with a recognisable local character rooted in history.



Retorcidos

Ingredientes

- 250 g de harina de trigo
- 25 g de azúcar de grano (≈ 2 cucharadas)
- 50 ml de vino blanco
- 45 ml de aceite de girasol
- 15 ml de zumo de naranja (≈ 1 cucharada)
- 10 ml de aroma de orujo (≈ 2 cucharaditas)
- 15 g de almendra triturada

Elaboración

En primer lugar, en un bol grande se mezclan la harina, el azúcar y la almendra triturada.

A continuación, se añade el vino blanco, el aceite de girasol, el zumo de naranja y el aroma de orujo.

Seguidamente, se amasa hasta obtener una masa lisa, homogénea y no pegajosa.

Después, se estira la masa muy fina con ayuda de un rodillo; cuanto más fina quede, más crujientes resultarán los retorcidos.

A continuación, se cortan tiras finas con un cuchillo. Seguidamente, se enrolla cada tira con firmeza alrededor de un palillo o varilla, presionando ligeramente.

Se fríen directamente con el palillo en aceite caliente, a una temperatura aproximada de 160 a 180 grados, hasta que empiecen a dorarse.

A continuación, se retira el palillo, se vuelve a introducir el retorcido en el aceite y se termina de freír hasta que quede dorado de forma uniforme.

Por último, se sacan, se escurren y se rebozan en azúcar mientras aún están calientes. Se dejan enfriar antes de servir.

Fuente: RTVE

Retorcidos

Ingredients

- 250 g of wheat flour
- 25 g of granulated sugar (≈ 2 tablespoon)
- 50 ml of white wine
- 45 ml of sunflower oil
- 15 ml of orange juice (≈ 1 tablespoon)
- 10 ml of orujo aroma (≈ 2 teaspoons)
- 15 g of crushed almonds

Preparation

First, in a large bowl, mix the flour, sugar, and crushed almonds.

Next, add the white wine, sunflower oil, orange juice, and orujo aroma.

Then, knead until you obtain a smooth, homogeneous, and non-sticky dough.

Afterward, roll out the dough very thin with a rolling pin; the thinner, the crispier the retorcidos will be.

Next, cut the dough into thin strips with a knife. Subsequently, wrap each strip firmly around a skewer or rod, pressing lightly.

Fry directly with the skewer in hot oil at approximately 160 - 180 grades, until they start to turn golden.

Then, remove the skewer, reinsert the retorcido into the oil, and finish frying until evenly golden.

Finally, take them out, drain, and coat in sugar while still hot. Let them cool before serving.

Source: RTVE



Sopa de almendras

Es un postre tradicional de la cocina española, estrechamente vinculado a la celebración de la Nochebuena.

Presente en Madrid, las 2 Castillas y regiones cercanas, se elabora a partir de almendras molidas mezcladas con leche, nata o agua y aromatizadas con canela.

De textura espesa y reconfortante, su preparación ha evolucionado con el tiempo, manteniendo su esencia como símbolo culinario de la tradición navideña en la historia gastronómica española actual.

Its a traditional Spanish dessert closely associated with Christmas Eve celebrations.

It is popular in Madrid, the 2 Castiles, and nearby regions it is made out of ground almonds mixed with milk, cream, or water, and flavoured with cinnamon.

It has a thick and comforting texture, its preparation has evolved, but it remains a culinary symbol of Christmas tradition in Spain's contemporary gastronomic history.



Sopa de almendras

Ingredientes

- 1 l de leche entera
- 2 pastas de sopa de almendras
- Un puñado de almendras peladas y machacadas
- Pan duro
- 2 trozos de mantequilla
- 4 cucharadas de azúcar
- Canela en polvo

Elaboración

En primer lugar, se prepara una cazuela de barro y se echa la leche, calentándola justo hasta que empiece a hervir.

A continuación, se incorpora la pasta de almendras cortada en trocitos.

Seguidamente, se echa la mantequilla junto con las almendras machacadas y se deja que todo se disuelva bien.

Cuando esté completamente integrado, se añade el pan duro cortado en trozos, se remueve y se espolvorea con la canela y el azúcar previamente mezcladas.

A continuación, se deja que la preparación se temple y se enfríe en la nevera durante toda la noche.

Por último, se emplata y se sirve. Se toma templada.

Fuente: RTVE - Casa Mira

Almond soup

Ingredients

- 1 l of whole milk
- 2 pieces of almond soup paste
- A handful of peeled and crushed almonds
- Stale bread
- 2 pieces of butter
- 4 tablespoons of sugar
- Ground cinnamon

Preparation

First, prepare a clay pot and heat the milk until just starting to boil.

Then, add the almond paste cut into small pieces.

Next, add the butter along with the crushed almonds and let everything dissolve well.

Once fully integrated, add the stale bread cut into pieces, stir, and sprinkle with the previously mixed cinnamon and sugar.

Then, let the mixture come to room temperature and chill in the refrigerator overnight.

Finally, serve it on a plate. It is best enjoyed warm.

Source: RTVE - Casa Mira



SPOON
DISHES
DIRECTORY

DIRECTORIO
DE PLATOS
DE CUCHARA



Caldereta de ternera / Beef stew
Pg. 76



Callos / Tripe
Pg. 32 | Pg. 40 | Pg. 50 | Pg. 51 | Pg. 73



Carrilleras / Cheeks
Pg. 71 | Pg. 79



Cocido completo / Complete cocido
Pg. 55 | Pg. 56 | Pg. 57 | Pg. 72 | Pg. 75 | Pg. 77



Crema de verduras / Vegetable cream
Pg. 69 | Pg. 79



Escabechados / Picked
Pg. 53



Estofado de ternera / Beef stew
Pg. 37



Garbanzos / Chickpeas
Pg. 38 | Pg. 47



Judías blancas / White beans
Pg. 35 | Pg. 42



Judías pintas / Pinto beans
Pg. 60



Judiones / Large white beans
Pg. 33 | Pg. 34 | Pg. 41 | Pg. 58 | Pg. 59 | Pg. 61
Pg. 62 | Pg. 63 | Pg. 64 | Pg. 67 | Pg. 70 | Pg. 74



Patatas guisadas / Stewed potatoes
Pg. 78



Potaje / Stew
Pg. 66



Rabo de toro / Oxtail
Pg. 48 | Pg. 49 | Pg. 50 | Pg. 63 | Pg. 65 | Pg. 80



Sopa castellana / Castilian soup
Pg. 39 | Pg. 46 | Pg. 52 | Pg. 53 | Pg. 54 | Pg. 77



Sopa de ajo / Garlic soup
Pg. 36 | Pg. 81



Sopa de cocido / Cocido soup
Pg. 38 | Pg. 55 | Pg. 56 | Pg. 57 | Pg. 66 | Pg. 68
Pg. 72 | Pg. 75



Ternera al desarreglo / "Al desarreglo" beef
Pg. 43 | Pg. 44 | Pg. 45

Descarga la versión digital



Download the digital version

Diseño, maquetación y producción a cargo de:
Grupo Vertical (Madrid, España) | 913 99 15 15

COCIDO COMPLETO
CREMA DE VERDURAS
ESCABECHADOS · GARBANZOS
ESTOFADO DE TERNERA
JUDÍAS BLANCAS · JUDÍAS PINTAS
JUDIONES · PATATAS GUISADAS
RABO DE TORO · SOPA CASTELLANA
SOPA DE AJO · SOPA DE COCIDO
TERNERA AL DESARREGLO
CALDERETA DE TERNERA
CALLOS · CARRILLERAS
COCIDO COMPLETO
CREMA DE VERDURAS
ESCABECHADOS · GARBANZOS

JUDÍAS BLANCAS · JUDÍAS PINTAS
JUDIONES · PATATAS GUISADAS

VILLAS A FUEGO LENTO

2026

PATROCINA:



Comunidad
de Madrid

HOST
ELER
IAMA
DRID