



On le ressent

*Follow us:
@turismodeubeda*



La Cuisine *Monumentale* d'Úbeda



Chronique de plaisirs culinaires pour esprits libres et palais éclairés

Au cœur de la province de Jaén, là où les pierres murmurent des récits de siècles révolus, Úbeda se dresse comme la scène des plaisirs les plus exquis. Mais ne vous laissez pas tromper par la solennité de ses palais Renaissance, la véritable grandeur de cette ville ne réside pas seulement dans le génie de Vandelvira, mais dans l'art le plus sublime de tous : transformer les richesses de la terre en mets dignes d'empereurs, de nobles et de gens du peuple.

Cette chronique est une invitation à une conjuration gastronomique, un voyage initiatique où chaque bouchée est une révélation et chaque gorgée, une communion avec l'âme de l'Andalousie.



L'Élixir Doré: De l'Olivier à l'Autel Culinaire

Pour percer les mystères de la cuisine ubetense, il faut d'abord déchiffrer l'énigme de l'olivier. Contemplez cette mer infinie de vert argenté qui s'étend à perte de vue, chaque arbre étant un sentinelle gardienne d'un trésor liquide. La variété Picual, reine incontestée de ces terres, confère à l'huile d'olive extravierge de Jaén un caractère aussi robuste et ardent que ses habitants : fruitée au nez, intense en bouche, avec cette touche épicée en gorge qui est à la fois caresse et défi.

Ce « l'or liquide » n'est pas un simple condiment, c'est la pierre philosophale de la cuisine, l'alchimie pure qui élève le simple au sublime. Il lave, mijote, conserve et assaisonne avec la générosité de qui connaît sa propre valeur. Sa présence est l'écho de cette vitalité agricole qui soutient la vie et les plaisirs de ces terres depuis des millénaires.





La récolte des olives, rituel presque sacré célébré durant les mois d'hiver — est bien plus qu'un travail agricole : c'est une cérémonie sociale où toutes les classes se retrouvent et se serrent les coudes. Journaliers et propriétaires œuvrent de concert, unis par un même objectif: obtenir la meilleure huile d'olive vierge extra, celle dont on parle loin à la ronde.

Dans la ville même, le **Centre d'Interprétation "Olivar y Aceite"** est un espace vivant dédié à l'univers de l'olivier et de l'huile d'olive extra vierge. Entre panneaux interactifs, moulins traditionnels, dégustations commentées et ateliers pratiques, le visiteur apprend à reconnaître nuances, arômes et qualités, comprenant comment ce paysage d'oliviers infini et sa culture associée sont devenus la véritable colonne vertébrale de la gastronomie ubetense.

Mets de la Cuisine de la Ruse: **Un Banquet d'Ingéniosité**

La cuisine d'Úbeda est un art de transformation, où l'humilité apparente des produits locaux devient, par le génie populaire, des plats d'une mémoire éternelle. Chaque recette porte les secrets de la survie et de la sagesse, témoignages d'un peuple qui n'a jamais confondu pauvreté et manque d'ingéniosité.



L'Ochío: **La Couronne du Royaume du Pain**

Sil faut nommer un empereur parmi les délices d'Úbeda, c'est bien l'ochío. Mais ne croyez pas qu'il s'agit d'un simple pain, ô âmes candides ! C'est une œuvre maîtresse de la boulangerie populaire. Sa mie est tendre comme un soupir d'amant et sa croûte croustillante comme une promesse tenue, couronnée de paprika et de gros sel qui en font une véritable joyau comestible.

Les Ubetenses le dévorent de mille façons : nature pour savourer son caractère noble, ou transformé en couche nuptiale pour le lomo de orza ou la juteuse morcilla en caldera (boudin mijoté aux épices), ce délice servi brûlant et étalé avec la même dévotion que d'autres réservent aux rites les plus élevés.



Les Ragoûts: **L'Alchimie du Foyer**

Quand Borée déchaîne ses vents glacés, les mijotés deviennent les protagonistes de la table et les consolateurs de l'âme. Le plus célèbre d'entre eux est les andrajos, dont le nom humble cache une complexité digne d'un traité culinaire. Ses bandes de pâte de farine — qui lui valent ce modeste baptême, nagent dans un bouillon épais de légumes, parfois accompagnées de morue venue de mers lointaines, parfois de gibier comme le lapin ou le lièvre, créant un mets qui reconforte corps et esprit.

Rejoignent ce chœur les épinards aux asperges sauvages (espinacas esparragás), où les épinards dansent avec les asperges sylvestres en parfaite harmonie, et les migas ruleras, trésor de la cuisine populaire où le pain rassis, l'huile d'olive extravierge et les épices se combinent en une alchimie que seuls les initiés comprennent.



De l'Abattage au Festin:

La Sagesse du Cochon

La tradition de l'abattage du cochon n'est plus, ici, un sacrement laïque, mais Úbeda a élevé ses produits dérivés au rang d'art. Le lomo de orza est une merveille de conservation : le filet de porc, d'abord frit avec des herbes aromatiques comme un onguent de pharmacien, est plongé dans de la graisse dans une jarre en terre cuite, atteignant des textures et des saveurs qui défient toute description.

Qu'on le déguste froid ou chaud, chaque bouchée est un pur extase andalou.



Douces Tentations: **Le Paradis des Gourmands**

L'héritage de la pâtisserie ubetense, lié aux fêtes religieuses mais non moins coupable de tentations, offre des douceurs qui feraient capituler le plus austère des ascètes. Les gachas sucrées, avec leur texture soyeuse et leurs saveurs d'anis et de cannelle, sont le réconfort traditionnel du Jour de la Toussaint.

Les borrachuelos et les pestiños, héritages andalous baignés de miel doré, complètent cette symphonie de plaisirs, une caresse pour le palais et une étreinte pour l'âme.



Un Calendrier de Plaisirs: **Les Événements du Bien Manger**

La gastronomie d'Úbeda ne se limite pas à l'intimité de la table, elle se déploie généreusement dans un calendrier vibrant de célébrations qui attirent les épicuriens de toute la péninsule.

Las Jornadas Gastronómicas del Renacimiento: **Un Voyage dans le Temps**

Entre février et mars, les Journées Gastronomiques de la Renaissance couronnent la saison culinaire. Les chefs locaux deviennent des archéologues des saveurs, ressuscitant des recettes qui auraient pu régaler les banquets de Charles Quint ou satisfaire les caprices gastronomiques des nobles cours.

C'est un voyage temporel à travers le palais, complété par des dégustations d'huile qui sont de véritables rites initiatiques, des ateliers révélant des secrets culinaires et des conférences sur l'histoire de l'alimentation qui instruisent autant qu'elles enchantent.



FEMA: **Quand la Technique Devient Art**



À la mi septembre, la Foire des Machines Agricoles (Feria de Maquinaria Agrícola) devient le théâtre de démonstrations culinaires où les chefs locaux montrent la versatilité de l'huile d'olive extravierge en haute cuisine. Les sessions techniques permettent aux amateurs de gastronomie de découvrir les innovations dans la production de cet « or liquide », transformant la technique en spectacle et le savoir en plaisir.

Temples du Plaisir: **Guide des Lieux pour Bien Vivre**

La diversité de l'hôtellerie ubetense garantit une expérience adaptée à chaque type de convive, du plus humble au plus exigeant.

Bars à Tapas: **Le Parlement des Saveurs**

Le tapeo est un rituel incontournable, une cérémonie démocratique où l'on ressent le vrai poulx de la ville. Dans des conversations qui vont du potin local à la philosophie la plus élevée, les plateaux de tapas passent de main en main comme une communion laïque. La qualité et la générosité de ces petites œuvres d'art sont un signe identitaire local.

Visiter plusieurs bars pour goûter un ochío, une tapa de lomo de orza ou une portion de morcilla en caldera est un pèlerinage gastronomique qui connecte le visiteur à l'âme authentique de la ville.



Mesones et Grillades: **Cathédrales de la Tradition**

Pour des célébrations plus solennelles, les mesones et asadores offrent des cartes qui sont des hymnes aux recettes ancestrales. Ici, on déguste le rabo de toro (queue de taureau mijotée au vin), des viandes grillées au charbon

qui chantent la tradition pastorale, ou de généreuses portions de bacalao a la baezana. L'ambiance est chaleureuse, comme une accolade d'un vieil ami, centrée sur l'excellence des produits locaux.



Cuisine Signature: **Le Pont entre les Époques**

La nouvelle génération de chefs ubetenses redéfinit la cuisine locale sans trahir ses racines. Dans ces temples culinaires, la tradition n'est que point de départ, tandis que les techniques modernes et la créativité

élèvent les plats vers des dimensions inédites. L'huile d'olive devient une toile pour des créations artistiques, et les produits de proximité se transforment en menus dégustation reflétant l'évolution gastronomique locale.



Úbeda à Table: **Épilogue d'un Voyage Sensoriel**

La gastronomie d'Úbeda est une chronique vivante, une histoire à savourer et une mémoire à goûter. De l'intensité d'une olive fraîchement pressée à la chaleur réconfortante d'un ragout en hiver, chaque plat résonne de l'héritage monumental de la ville et promet des plaisirs futurs.

Visiter Úbeda, c'est entreprendre un voyage à double patrimoine : celui de la pierre, à contempler, et celui du goût, à vivre. Une expérience qui montre que la vraie grandeur de cette ville ne se regarde pas seulement, elle se déguste, se ressent et se célèbre dans chaque bouchée, chaque rencontre, chaque toast à la vie que seuls savent faire les peuples sages.

Car à Úbeda, comme dans les plus beaux traités de la Renaissance, la sagesse se sert à table et le bonheur se mesure à la cuillerée.