

Sabores de Flandes

LA GASTRONOMÍA TIENE UNA IMPORTANCIA ESPECIAL PARA LOS FLAMENCOS. NO ES DE EXTRAÑAR QUE CUANDO SALEN A CENAR A UN RESTAURANTE, LA VELADA SE PROLONGUE DURANTE VARIAS HORAS: CADA PLATO HA DE SER DEGUSTADO CON MUCHA TRANQUILIDAD, Y ENTRE PLATO Y PLATO HAY TIEMPO PARA LA SOBREMESA. NO NOS IMPACIENTEMOS, FLANDES ES LA TIERRA DEL BUEN VIVIR, Y SERVICIO Y CALIDAD EN LOS RESTAURANTES SON BUENA MUESTRA DE ELLO. LA CERVEZA, LOS MEJILLONES CON PATATAS FRITAS Y EL CHOCOLATE SON TÍPICOS, PERO NO LA ÚNICA OFERTA GASTRONÓMICA. ¡ANÍMATE A DESCUBRIRLA TODA!

Para todos los gustos



COMER BIEN Y BARATO

A los flamencos les gusta comer bien. Su gastronomía combina la exquisitez de la comida francesa con la abundancia de la alemana. Y todo ello con una inmejorable relación calidad/precio. A pesar de que abundan los restaurantes gastronómicos en todas las Ciudades de Arte, el visitante no deberá desembolsar una gran suma de dinero para saborear un buen plato, ¡al contrario! Te recomendamos que hagas como los belgas: pide un solo plato (plat du jour o dagschotel) y, de postre, un café que, hasta en los restaurantes menos glamorosos, te servirán acompañado de un chocolate o galleta y varios tipos de azúcar. Y si te apetece disfrutar de los exquisitos dulces de la región, aprovecha la hora de la merienda. ¿Hay algo más placentero que saborear un café con una tartita sentado en una de las románticas plazas flamencas?



PARA PALADARES EXQUISITOS

Los amantes de la buena gastronomía encontrarán en Flandes un paraíso. No en vano Bélgica puede estar orgullosa de ser el país con mayor número de "estrellas Michelin" por habitante. En Bruselas se concentran muchos de los restaurantes agraciados con tal distinción, pero otras ciudades como Gante, Brujas o Amberes no se quedan atrás en cuanto a oferta de calidad gastronómica. Pierre Wynants y su establecimiento Comme Chez Soi en Bruselas son el ejemplo más vivo de esta calidad gastronómica.

Brujas

¿Te apetece hacer tus propios bombones?
> Con Perfect+ puedes realizar un workshop con un máximo de 8 personas.
> www.perfectplus.be

Gante

¿Te gustaría dar un paseo de degustación y descubrir los ricos sabores del chocolate con un máximo de 8 personas?
> VIZIT te ofrece este servicio en español.
> www.vizit.be



Materias primas



ENDIVIAS

El oro blanco de la gastronomía. Se cocinan al horno, enrolladas en una loncha de jamón York, gratinadas con salsa bechamel y queso.

ESPARRAGOS A LA FLAMENCA

Acompañados de huevos duros finamente triturados y de mantequilla derretida con un poco de perejil, enrollados en jamón York. La mejor temporada para comerlos es mayo y junio.

PATATAS FRITAS

Las encontrarás en puestos callejeros y como guarnición de todos los platos. La magia de su textura está en freírlas dos veces: la primera, a fuego lento, para que queden tiernas; la segunda, bien fuerte, para que crujan.

CERVEZA

Más de 300 tipos de cervezas diferentes certifican que Bélgica es el paraíso de los cervecedores.

CHOCOLATE

Bombones a granel. En Bélgica se llaman "pralines": su calidad y variedad los hacen inolvidables.

PANES Y QUESOS

Tradicionalmente los monjes elaboraban quesos y cerveza en sus monasterios. Hoy día permanece la tradición de una amplia gama de quesos. Acompáñalo de uno de los múltiples panes diferentes que encontrarás.



MEJILLONES

El tónico de la gastronomía belga. Se sirven cocinados al vapor con una lista inagotable de salsas diferentes. La ración tradicional es 1 kilo presentado en una cacerola cuya tapa servirá para depositar las cáscaras. Olvídate del tenedor: las conchas del mejillón serán tus pinzas para comerlos.

QUISQUILLAS

Uno de los secretos mejor guardados de la gastronomía belga es la receta de las croquetas de quisquillas. Insuperable. Otra forma de tomarlas es con mayonesa casera, como relleno de tomates. Hablamos de los famosos "tomates-crevettes".

ANGUILA

Con este especial pescado se elabora una de las recetas más tradicionales de Flandes: "la anguila en salsa verde", que se sirve en numerosos restaurantes, sobre todo en las provincias de Gante y Brujas. No olvides su nombre en flamenco: "paling". Su especial textura está recomendada para los paladares más atrevidos.

WATERZOOI

Originalmente se elaboraba con el pescado común de los ríos de Gante. Actualmente se ha convertido en un guiso exquisito a base de pollo, pescado o bogavante, verduras y crema de leche.

FILET AMÉRICAIN

Albert Niels creó en 1924 esta delicia de carne cruda, picada y sazonada con mayonesa, huevo y diversas especias. Lo encontrarás en todos los restaurantes.

CHOCOLATE

Bélgica produce 172.000 toneladas de chocolate al año y alberga 2.130 tiendas de chocolate. Cuenta la leyenda que el cocinero del Duque de Plessis-Prélin dejó caer por accidente un poco de azúcar caramelizado sobre almendras tostadas. En 1912, el fabricante de chocolate Jean Neuhaus cubrió esta mezcla con chocolate y creó lo que hoy se llama "praline" en Bélgica, es decir, un bombón de chocolate relleno. La demanda de este nuevo dulce fue tan grande que rápidamente se creó un nuevo embalaje para el mismo. Así nació el "ballotin", pequeña caja de cartón cuidadosamente envuelta, que contiene varios pisos de "pralines". El relleno de los "pralines" -que ha ido variando con el tiempo-, la primerísima calidad de las materias primas y la extensa variedad de rellenos son las razones que convierten a Bélgica en la reina del chocolate.

Todas las ciudades flamencas poseen innumerables establecimientos donde se venden estos bombones artesanos. Cada uno de ellos tiene sus propias recetas y en algunos, el visitante puede acceder a los talleres para contemplar en directo el proceso de creación de "praline".



GOFRES, CRÊPES, TARTAS, GALLETAS...

Los flamencos son muy aficionados a los dulces. Los olfatos curiosos seguirán por la calle el rastro típico de las gofres o "wafels", siempre bien calentitas. Si queréis disfrutar de una buena merienda, acercaos a un café para saborear auténticas "pannekoeken" o crêpes rellenas de mil maneras diferentes, o probad las deliciosas tartas caseras. Acompañando el café encontraréis siempre una galletita. Normalmente se trata de un "speculaas" o galleta de especias de sabor inconfundible. En los restaurantes los postres os resultarán deliciosos. No perdáis de vista el helado de vainilla que a menudo acompaña las tartas y frutas: su cremosidad es asombrosa.

CERVEZA

Como ingrediente en las recetas, para acompañar una buena comida, en el aperitivo, para saborear tras la cena... la cerveza es la reina de las bebidas belgas. Blanca, rubia, tostada, negra o de frutas: hay más de 450 variedades diferentes, cada una servida en su vaso característico. Inicialmente se elaboraban en las abadías, hoy día todavía quedan algunas que se pueden visitar. Recomendamos acudir a las cervecerías de cada ciudad para degustar las variedades locales, como la gueuze o cerveza de fermentación espontánea típica de Bruselas. Malinas elabora una cerveza dedicada a Carlos V, Brujas está especializada en la llamada "Blanche de Bruges" y Gante te ofrece la "Kwack" en un vaso con leyenda. No te vayas de Amberes sin haber tomado una "bolleke". Si decides probarlas todas, acércate al Oude Markt de Lovaina. ¡Muchos llaman a esta plaza la "barra más larga del mundo" por los innumerables cafés que alberga!



GINEBRA

La ginebra flamenca es un secreto bien guardado. Lo primero que llama la atención es la lista infinita de sabores: natural, grosella, limón, manzana, café, crema catalana... Su graduación en alcohol es variable. Se sirve bien fría, en chupitos llenos hasta el borde. Una visita al curioso local "t Druppelkot" en Gante te permitirá probarlas todas.

Recorridos gastronómicos

De paseo con Carolus, ruta de la cerveza en Malinas: A pie o en bicicleta, Malinas propone esta ruta de 2 Km. en la que se visita la ciudad y sus cervecerías para degustar sus variadas cervezas como la Gouden Carolus —en honor a Carlos V— o la Triple Toison d'Or.

En barca: Recorriendo Gante por el agua, el Belleman —tradicional pregonero de la ciudad— propone la cata de muchos de los diferentes tipos de ginebras locales a bordo de una pequeña embarcación.

Walking dinner: Almuerzo itinerante con explicación de anécdotas y forma de comer las especialidades. Se organiza en el Patershol, barrio medieval de Gante, y en la ciudad de Brujas. En Brujas se organizan también cenas para descubrir las auténticas bodegas y leyendas de la ciudad.

Menú flamenco en casa

PRIMER PLATO

Mejillones al vapor



INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

1 Kg. de mejillones, 1-2 cebollas, 1-2 ramas de apio, mantequilla, 3 o 4 briznas de tomillo, 2 hojas de laurel y 2-3 vasos de vino blanco.

PREPARACIÓN

Lavar y raspar bien los mejillones. Cortar las cebollas en rodajas finas. Cortar en pedazos el apio (incluida la parte verde). Fundir la mantequilla (bastante, mejor pecar de exceso), añadir la cebolla y el apio, hasta que las primeras queden transparentes. Añadir los mejillones. Remover bien, los mejillones comenzarán a soltar su jugo. Después de 2 ó 3 min. añadir el vino, así como el laurel y tomillo. Salpimentar al gusto. Mezclar y sacudir ligeramente. Cuando se hayan abierto los mejillones están listos para servir, acompañado de patatas fritas y pan untado en mantequilla para mojar en el caldo. ¡Una delicia!

SEGUNDO PLATO

Carbonada a la flamenco



INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

1 kg de estofado de ternera (en cuadraditos), 1/4 kg de cebolla troceada, 1 cucharada de mostaza, 1/2 litro de cerveza negra, sal, pimienta, laurel, tomillo.

PREPARACIÓN

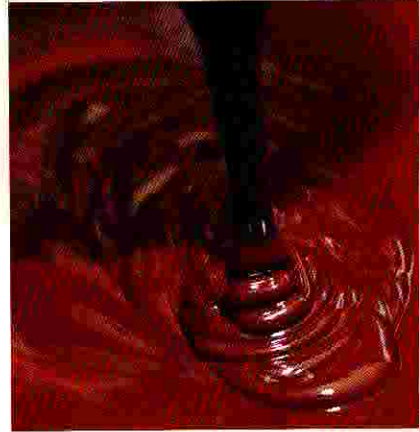
En una olla grande: En aceite o mantequilla, dejar blanquear la cebolla. Después añadir los trozos de estofado de ternera. Dejar dorar lentamente. Añadir una cucharada sopera de mostaza francesa. Remover todo bien y dejar cocer unos diez minutos al fuego lento. Ahora se añade la cerveza negra, sal, pimienta, 3 o 4 hojas de laurel, tomillo y se deja cocer durante media hora (depende de los trozos).

Al final añadir maizena para espesar un poco la salsa. Se presenta con patatas fritas o patatas hervidas.

*si no se tiene cerveza negra se puede utilizar cerveza rubia y añadir 2 o 3 onzas de chocolate (para el color).

POSTRE

Mousse de chocolate



INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

100gr de chocolate para fundir, 4 huevos, 80 gr. de azúcar, 20 cl. de nata, 1 pizca de sal.

PREPARACIÓN

Fundir el chocolate en una cacerola y añadir la nata. Mezclar bien con una espátula. Retirar la cacerola y dejar enfriar. Separar las yemas de las claras. En un bol trabajar las yemas con el azúcar y mezclarlas con el chocolate enfriado. Añadir una pizca de sal a las claras y batir a punto de nieve firme. Verterlas con mucho cuidado y poco a poco sobre el chocolate. Dejar la mousse en el frigorífico al menos 4 horas antes de servirla.

Cocina flamenca en la web

www.visitantwerpen.be	Oficina de Turismo de Amberes
www.brugge.be	Oficina de Turismo de Brujas
www.brusselsinternational.be	Oficina de Turismo de Bruselas
www.gent.be	Oficina de Turismo de Gante
www.leuven.be	Oficina de Turismo de Lovaina
www.mechelen.be	Oficina de Turismo de Malinas

www.belgianendive.com	Guía completa de la endivia en Bélgica
www.belgianfries.com/frites.htm	Para los amantes de las patatas fritas
www.belgourmet.be	Recetas belgas
www.cantillon.be	Web de la Fábrica/Museo de la Gueuze de Bruselas
www.Choco-Story.be	Museo del chocolate de Brujas
www.dma.be/p/bier/beer.htm	
www.beerparadise.be	Todo sobre la cerveza belga
www.resto.be	Guía completa de restaurantes de Bélgica

Solicita más información gratuita sobre las ciudades de arte flamencas, restaurantes y guías gastronómicas en nuestra oficina o a través de nuestra página web.

www.flandes.net

Moll de Barcelona s/n WTC - Ed. Este Pl.6ª - 08039 - Barcelona

Tel: 93 508 59 90 - Fax: 93 508 59 93 - info@flandes.wtcbarcelona.es



flandes
belgica