CUENCA

AYUNTAMIENTO DE CUENCA

Cuenca
Capital Española de la Gastronomía 2023

CUENCA
CAPITAL ESPAÑOLA de la GASTRONOMÍA

CUENCA
CAPITAL ESPAÑOLA de la GASTRONOMÍA

Deliciosa

Responsable de la edición:
Ayuntamiento de Cuenca

Textos:
Decálogo: Miguel Romero Sáiz
Cuenca Deliciosa: Miguel Romero Sáiz
Destinos y productos de turismo gastronómico JJCC Castilla-La Mancha y Diputación Provincial de Cuenca
Marcas de garantía alimentaria, textos extraidos de sus webs oficiales

Supervisión y corrección ortográfica
Aurora Ponte (Ayto Cuenca)
Nuria Martín

Depósito Legal: CU 165-2022

Todas las fotos pertenecen a:
ZonaCuatro (José del Olmo y Rebeca Pascual) excepto las reseñadas dentro de la propia foto y las que se indican a continuación:
Arte_facto (págs.): 12, 13, 14, 17, 21b, 22, 23, 24, 42, 44, 45, 49, 51.
Santiago Cid (págs.): 21a.
Vanessa Peleteiro (págs.): 15, 18.

Fotografía de portada:
Restaurante Raff, sobre un plato de José Ignacio Herráiz
Foto Contraportada:
José del Olmo

Diseño Editorial y Dirección de Arte:
Arte_facto diseño
Maquetación:
Vanessa Peleteiro de Arte_facto diseño
Asesoramiento gastronómico para fotografía:
Juan Carlos Bautista (Gastro-facto)

AYUNTAMIENTO DE CUENCA

PLAN DE SOSTENIBILIDAD TURÍSTICA EN CUENCA

Castilla-La Mancha

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO
SECRETARÍA DE ESTADO DE TURISMO

Cuenca
Capital Española de la Gastronomía 2023

AYUNTAMIENTO DE CUENCA

CUENCA

1. Introducción

1.1. Decálogo

2. Perfil gastronómico de la ciudad

2.1. Una cocina diferente y deliciosa
2.2. Destinos y productos de turismo gastronómico
2.3. Marcas de garantía alimentaria

1.1 Decálogo de Cuenca, Capital Española de la Gastronomía 2023.

1 Somos patrimonio

Al formar parte de la Red de Ciudades Patrimonio de España, conseguido por la declaración de Patrimonio de la Humanidad el 6 de diciembre de 1996, gracias a sus valores patrimoniales, históricos y naturales, bien contrastados.

2 Somos raíz

Unos valores del paisaje conquense definido por la belleza y calidad de su entorno orográfico, geológico y paleontológico, con tres comarcas bien diferenciadas (Alcarria, La Mancha y Sierra), despensa base de culturas gastronómicas ancestrales: somos raíz por paisaje, historia y tradición.

3 Somos legado

Conscientes de ser eslabón de una cadena que bebe de recetarios tradicionales con el encargo generacional de trasladar, alimentar y acrecentar dicho legado a las generaciones futuras.

4 Somos magia

Una ciudad creativa abierta al mundo, que vibra en esa interdisciplinariedad que provoca su red museística y su industria cultural (música, danza, teatro, literatura, bellas artes y diseño por doquier) provocando una simbiosis donde la gastronomía participa de una creatividad desbordante.

5 Somos cercanos

Geográficamente ubicados en el centro de la península, a 60 minutos de aeropuertos internacionales a través de la red de Alta Velocidad, enlazados con Madrid, Valencia, Alicante, Murcia, Málaga, Santander o Gijón. En una ciudad que se cruza andando en 30 minutos, bien conectada por autovías.

6 Somos escenario

Un entramado de calles y callejas, rincones de leyenda, rascacielos urbanos medievales, conventos y casonas o palacios que marcan el sello de identidad histórica de una ciudad hecha para la fantasía y el regocijo, sin olvidar las propiedades en las que los cinco sentidos tienen clara expresión. Lugares donde la gastronomía se puede manifestar en su tradición y modernidad.

7 Somos internacionales

Ciudad mundialmente conocida por su cultura, también son reconocidas nuestras materias primas y productos: los vinos de todas y cada una de nuestras comarcas, el queso manchego, afamado y premiado, el azafrán, la miel alcarreña o el ajo morado, dando lugar a una excelencia avalada por las principales entidades del universo gastronómico a nivel internacional.

8 Somos humanos

Un paisaje significativo por la generosidad y hospitalidad de sus gentes, muy dadas a recibir civilizaciones, razas y culturas a través de los siglos, generando ese distintivo de ciudad abierta.

A través de la gastronomía pretendemos profundizar en las vertientes sociales para construir un mundo más solidario.

9 Somos sostenibles

En el camino hacia la obligada sosteniblidad, la gastronomía circular tiene un papel fundamental en el proyecto, apoyada en el Parque Científico y Tecnológico de Economía Circular de Castilla-La Mancha que se está implantando en Cuenca.

10 Somos realidad

Una programación sólida, de acción divergente y convergente, en la capital y provincia, involucrando las tradiciones como Alma del Pueblo, las fiestas populares y el recio costumbrismo de cada lugar, de cada comarca, de cada punto en el que adecuar los mecanismos de un turismo cultural y otro turismo gastronómico.

La constancia, el tesón y la confianza son los tres valores que definen a la ciudad de Cuenca CAPITAL ESPAÑOLA DE LA GASTRONOMÍA.

Capital Deliciosa de la Gastronomía

2.1 Una cocina diferente y deliciosa

Este mosaico de rincones gastronómicos está adaptado a un paisaje urbano donde los espacios de bella traza popular se mezclan con monumentos urbanos de evolución arquitectónica, edificios conventuales, casas palaciegas y rincones tradicionales donde la leyenda alterna con la historia.

A su vez, lleva implícito entre sus aromas esa cocina visual que le aporta el paisaje natural de sus hoces, profundas depresiones del terreno donde la roca alterna entre el cromatismo de verdes, marrones y ocres, buscando en sus huertas sensaciones oníricas.

Profundos olores e intensos sabores enmascarados por la luz de un sol diferente, el cromatismo de fachadas, sus edificios patrimoniales: Casas Colgadas, Catedral, Plaza de Mangana, Puente de San Pablo, Ayuntamiento, barrios de San Miguel o San Gil, iglesias y conventos, calles y callejas de leyenda; luego, la variada y selectiva vegetación de sus hoces, el reclinar de sus fogones tradicionales y la huella de civilizaciones diversas que nos han marcado un camino y estilo diferente. Cuenca sabe a añejo.

Aquí, la ganadería definió una trashumancia de peso para enriquecer una selectiva carne y una leche de sabor inconfundible; el cerdo y sus variantes reescribieron páginas de una cocina de la abuela, calórica por necesidad y personal en su jugo de elaboración a fuego lento; la caza nos indicó el camino para regenerar ese necesario equilibrio ecológico que necesita una naturaleza privilegiada; el aceite y la salazón nos adornaron platos que sin la brisa marina convencieron a un paladar exigente; y todo ello, con buen ajo, exquisita miel y elaborado aceite, se riegan con un vino cuya textura es verdaderamente legendaria.

Crisol de paisajes como fruto de una repoblación medieval de tierras diferentes; noblezas perdidas e hidalguías de recio abolengo popular y judeoconverso; virreyes que navegaron para traernos productos diferentes cuya magia involucró nuevos sabores y olores; y todo ello nos ha de llevar a una cocina definida por ese eslogan de 'Cuenca Deliciosa'.

Un canto de sirenas, como voz de una mitología clásica, reverdece entre la roca definida de sus Hoces, la masa pinar de sus montes y el chirriar de esa agua, fresca y transparente, de sus ríos Júcar y Huécar. Todo junto, en un mosaico de colores y sabores, nos trae la razón de vida en fogón y mesa.

Línea de un tiempo gastronómico

Terrina de caza especiada al morteruelo, vinagreta de uva y pistachos manchegos. Chef: Miguel Escutia.

Morteruelo

Este plato pastoril por excelencia es el icono de una cocina singular y diferente. En ese contraste del Alma del Pueblo. Su tradición te envuelve entre lo sencillo y lo genérico, cuya singularidad la marcarán los encantos de la tierra y sus avatares de esa economía de subsistencia. Hogazas, llares y tinadas serán su hábitat.

En la Serranía, los crudos inviernos de "antaño" exigieron necesidad y, ante ello, las familias ofrecieron esa singularidad marcada por los platos de fogón bajo, con migas, ajoarriero, zarajos, gazpacho pastor o morteruelo. Y este último será el plato por excelencia, el mismo que incumpliendo las leyes de la creatividad gastronómica sobrevive de generación en generación y abre tanta variedad como comarca productora.

Este plato, rey de la cocina conquense, es un paté caliente hecho con carne de caza menor y bien aderezado con especias como el clavo y la alcaravea especialmente y que ya bien lo definiese el poeta madrileño, Tomás Luceño, en el siglo XIX.

Elaboración cuidada, productos de calidad, ternura en el trato, fuego lento y manos curtidas entre la bondad culinaria y el esfuerzo serán las premisas del éxito.

La tradición de un plato habitual y necesario reconvertido en el emblema de los sabores de una cocina encantada ha hecho que restauradores de la contemporaneidad envuelvan en esa receta de bandera un morteruelo peculiar donde la nueva culinaria en aderezos y decoración invite a un sabor de incalculables aromas.

La reina de la caza menor campa a sus anchas por las tierras de Cuenca dando sabor a sus guisos.

El monte como despensa con toda la profusión de aromáticas del sotobosque.

Trucha

Y caminas buscando el agua. Ahí está la vida y en civilizaciones perdidas de tiempos ancestrales los ríos encurvan sus territorios donde yacimientos de poblados eternos hacen jeroglífico secular del tiempo histórico.

En esta tierra, los ríos forman el enjambre de riqueza: Tajo, Júcar, Cabriel, Bedija, Záncara, Turia, Escabas, Guadalaviar o Guadiela entre una red hidrográfica afortunada. Y en esas aguas, de arriba a abajo, rápidas y revoltosas entre quebradas y andenes torrenciales, circulando entre cañones de rocas areniscas rodenas y paisajes de dolomías del Triásico, se pasean sus pescados de agua dulce, destacando la reina del paisaje acuífero por excelencia: la trucha.

Trucha ibérica en papillote y veloutte de champiñón.
Chef: Juan Pedro Romera.

La salmo trutta o trucha común en nuestra tierra es asalmonada y brillante, con menos ácidos grasos que el resto del pescado dulce, siendo reconvertida por la mano de cocineros y cocineras, verdaderos maestros, en un plato exquisito, especial y de fuerte personalismo en nuestras comarcas conquenses sirviéndose fresca, a la plancha, a "la navarra", ahumada o al horno, sin olvidar la trucha en escabeche como conserva de fino cuidado.

En ese plato, nada difícil de elaborar y que antaño cocinaran nuestras abuelas, se hace revivir el placer del "buen comer"; la nueva cocina –creativa y de autor- inventa, con su exquisita carne blanca, un plato de reconocido prestigio entre aderezos y decoraciones especiales.

Cordero manchego a baja temperatura con demiglas de setas silvestres. Chef: Mª Paz Marlo.

Cordero

Es el rey de la mesa y lo es, en La Mancha, en La Alcarria y en la Sierra, porque en cada comarca el encanto de su rica naturaleza, en pastos, climatología y cuidado, permite que el cordero sea esa peculiar bandera de una gastronomía popular y de trabajo, trayéndonos una cocina de sartén, ascuas, caldero o plancha, con el sarmiento de rápida hechura o la madera a fuego lento y convirtiendo la tradición de vida en una habitual cocina que baila entre lo sencillo y lo genérico.

Lo hicieron los romanos, los cristianos repobladores, los constructores de catedrales, los nobles conversos, los conquistadores de América y los monarcas de antaño y de ahora, creyendo en la particular transformación de una economía rural en economía de producción.

Demostración de cordero en espeto del chef Rodolfo Guzmán del Restaurante Boragó, Chile, en el Congreso CulinariaCLM 2021.

El ganado como actividad definirá durante siglos el porvenir de un pueblo, el conquense, cuya industria lanera definió el acontecer de una Castilla poderosa a camino entre La Mesta y sus veredas de trashumancia, y en esa tradición de raza

se hará universal todo plato donde el cordero sea “el señor de la mesa”.

Porque esa trashumancia, nacida en ese tiempo del Medievo, afianzó un necesario proceso económico para el cuidado y la industria de la lana, pero a su vez refinó –y lo sigue haciendo en pequeñas dosis- la carne y la leche de un ganado que bien resaltase en sus “cuitas” el espigado Alonso Quijano y su escudero Sancho Panza, remarcando líneas de un Quijote universal. Hay raza manchega, serrana y alcarreña, y las tres tienen el distintivo de alta calidad.

Caza mayor

En la Tierra de Cuenca hay montes, ondulados y aserrados, elevados y bajos, picudos y bien poblados de vegetación –de monte alto en pinar cuidado o de monte bajo en extensión variada-, donde ya hubiera una rica fauna en tiempos de un Neolítico que permitiera al cáprido y al cervus servir de alimento y arte. Tierra afortunada en flora y fauna selecta, hábitat de una caza mayor donde el jabalí o sus scrofa y el corzo dan vida a una fauna ibérica selecta.

Pero los tiempos han definido una selección y un hábito, entre esa caza mayor y esa caza menor selectiva y jugosa. Ahí, los cocineros del monte, los expertos en el trato de la carne fibrosa, bien tratada y aderezada, con adobo y al oreo, nos presentan platos diferentes, bien definidos

Tierra afortunada en flora y fauna selecta, hábitat de una caza mayor donde el jabalí o sus scrofa y el corzo dan vida a una fauna ibérica selecta.

y condimentados, en el que las especias, el buen aceite, el ajo morado o blanco, e incluso las mieles y sus flores, adintelan platos exquisitos y bien cuidados en esa caza mayor; mientras que conejos, liebres, perdices, codornices y torcaces sirven para dar el toque especial y firme en los platos de esa cocina de fogón, popular y de tradición, rural y sabrosa.

Ya lo hicieron nuestros reyes en una Edad Media convulsa, escribiendo libros donde los Tratados de Caza en Alfonso XI o el Ars Cisoria en Enrique de Villena fueran guía del "buen yantar" en una Tierra de Señoríos, Marquesados o dependencias feudales que la Castilla conquense supo definir en causa de elegante cocina. Es también una cocina del paisaje.

El alajú y otros postres

Toda la provincia es refugio ideal para las abejas, con grandes espacios de floración de múltiples especies melíferas que permiten ofrecer gran cantidad y calidad de mieles únicas en el mercado.

Los íberos, olcades y lobetanos conocieron los efectos beneficiosos con propiedades terapeúticas de esa producción generada cuando las abejas liban, transforman y combinan sus sustancias específicas propias después de pasear incansablemente nuestros montes bajos en los

Mosaico de la Villa Romana de Noheda, representando a Baco, que a duras penas se mantiene erguido sobre un asno.

que la floración permite miel de romero, mil flores, de tomillo, de brezo o de salvia.

La intensidad de su sabor, el afinado color y la esmerada presencia servirán también, junto a la almendra especialmente, la nuez o la avellana, conformar unos postres diferentes y únicos.

Una perla de fulgurante luz como Cuenca tiene que tener excelencias en su repostería. Los dulces, especialidad del mundo árabe, asentaron también en esta ciudad rocosa su reconocido alajú, postre de dioses, que supieron elaborar en la antesala del Medievo árabes conquenses. Una deliciosa pasta de miel y nueces, ahora con almendras y obleas, que ya probase Alfonso VI y la mora Zaida.

Admirarlo, olerlo y degustarlo provoca sensaciones de porte divino y lo hace estrella de esa parte que sobremesa la comida más exigente.

En el recuerdo quedan "los bartolillos de Morante", confeccionados con pan, aceite y anís; "las rosquillas del tío Jacinto", con harina y azúcar; "las rosquillas de yema" en tiempo semanasantero; los hojaldres, tortas de aceite o bocaditos de nata.

CUENCA DELICIOSA

Ahora, nuestros restauradores saben elaborar una cocina exclusiva y personal que va en consonancia con las particularidades patrimoniales, históricas y naturales de nuestra ciudad, utilizando las mismas materias primas de sus antepasados, los condicionantes de una modernidad exigente a un turismo que pretende significar sus gustos y deseos a esa simbiosis entre ocio, conocimiento y paladar; con la puesta en valor de técnicas culinarias adaptadas a un paisaje, paisanaje e identidad vanguardista.

En el morteruelo, la terrina como novedad en esencia, las exquisitas croquetas de renombre internacional, las gyozas (fusión de nuestras cocinas universales con nuestra elaboración icónica) y las brochetas con uva sirven para dignificar el plato estrella.

En la trucha, la misma que convive entre las aguas bravas y transparentes de nuestros ríos, adaptando su color al plateado de la luna conquense –diferente por sus dolomías de hoces y requiebros rocosos- o al ocre de sus chopos –bailando al lado del Júcar, como diría Gerardo Diego-, el cocinero conquense invita con un tartar, unos ceviches o ese escabeche (elaboración magistral y de difícil alquimia de ejecución) guarnecido según el gusto innovador del chef. Delicias de la reina del agua dulce.

Pero no se queda atrás nuestro cordero, sea de la zona que sea, con esa caldereta tan recurrente al hinojo, romero o tomillo; los asados en tiempo y forma con ese adobo al ajo morado de Las Pedroñeras y regado con vino blanco de la Ribera del Júcar; sin olvidar el cordero rustido a la brasa con sarmientos secos de nuestra vides de La Manchuela o bien cocinado a baja temperatura –embolsado al vacío- y adintelado con leche fresca de oveja alcarreña.

La caza remarca una cocina cada vez más admirada para paladares de hombres y mujeres asidos al paisaje, y nuestra fauna en perdices y codornices facilita la cocina de autor ofreciendo escabeches, estofados al gusto. A su lado, los hermanos mayores en esa caza de montaña, jabalí, gamos y

cabras se queda para paladares algo más exigentes por condimento y fibra.

Y nos quedarían los postres, reconvertidos en nuevos elementos de origen y calidad en un recorrido donde la cultura culinaria de vanguardia, el arte clásico catedralicio, la plástica abstracta y la música religiosa servirán para alinear nuevos decorados culinarios que cierren la mesa más exigente como las aéreas cremas finas o el helado de alajú, pestiño, natillas conventuales al aroma de azafrán o bombones de ajo negro y miel.

Así es la cocina conquense: mosaico de rincones gastronómicos adaptados al paisaje urbano en los que los espacios de bella traza popular se mezclan con monumentos urbanos, edificios conventuales, casas palaciegas y rincones tradicionales, con una amplia variedad en museos de pasado y vanguardia, donde el arte, la música y la cultura tienen amplia representación. La historia, la tradición, el paisaje natural y el paisanaje han definido los sabores del tiempo y el paladar de cada momento.

Copita de Ajoarriero con albaricoque, teja de pan y microbrotes. Chef: Jose Miguel Castellano y el equipo de cocina de ASPADEC.

Turismo gastronómico

1. Ruta del Quijote

La novela de Cervantes es el santo y seña de una región con un gran potencial turístico, un icono reconocido en todo el mundo, y si el lector seducido por el ingenio de Alonso Quijano y la "sapiencia" de su fiel escudero Sancho Panza quiere adentrarse en el verdadero espíritu de Don Quijote, esa síntesis ibérica y universal del Renacimiento, debe tomar contacto físico con este espacio geográfico. Territorio que al ser trotado por Rocinante se convirtió en geografía universal, escenario ideal para las aventuras y en la ruta de un turismo –físico y metafísico– que Alonso Quijano llenó de lances caballerescos y poéticas emociones.

Aquí, el viajero no sólo andará por la tierra, sino que lo hará también, aunque no quiera, por las páginas del más grande mito que ha producido la literatura: El Quijote. En este territorio, el viajero recorrerá llanuras de horizontes infinitos, antiguas ventas, pueblos de anchas calles, cresterías con blancos molinos, el mayor viñedo de Europa y se encontrará con una naturaleza sorprendente trufada de lagunas y paisajes llenos de magia.

Crisol de paisajes como fruto de una repoblación medieval de tierras diferentes; noblezas perdidas e hidalguías de recio abolengo popular y judeoconverso; virreyes que navegaron para traernos productos diferentes cuya magia involucró nuevos sabores y olores; y todo ello nos ha de llevar a una cocina definida por ese eslogan de 'Cuenca Deliciosa'.

2. Hospederías de Castilla-La Mancha

Alto nivel de calidad, singularidad y excelencia constituyen los factores diferenciales de la Red de Hospederías de Castilla-La Mancha.

Esta Red agrupa establecimientos hoteleros de 3 a 5 estrellas ubicados en edificios con altos estándares de calidad en su arquitectura, de corte tradicional y situados en entornos de gran valor paisajístico, monumental o natural.

Establecimientos privilegiados que cuentan, además, con una gastronomía de altísima calidad posicionándose como punta de lanza de la oferta hostelera de Castilla-La Mancha.

3. Ruta del Vino de La Manchuela

Inolvidables tierras, vinos de alta calidad, exquisitas recetas manchegas con toques mediterráneos y gente de gran valor humano se convierten en el argumento ideal para sumergirse en esta experiencia de vida. La enogastronomía se abre paso en la Ruta del Vino de La Manchuela con la intención de conquistar a los turistas que visiten estas tierras privilegiadas que permanecen ancladas en la llanura manchega, pero que cuentan con rasgos que van mucho más allá. Lo español y lo mediterráneo han penetrado esta región con sabores dignos de degustar.

La Ruta del Vino de La Manchuela ha sabido establecer los nexos ideales entre lo gastronómico y lo vitivinícola; de esta maravillosa y, desde luego, deliciosa conjunción han resultados propuestas muy interesantes que no pueden pasar desapercibida ante los ojos y el paladar de los turistas que visitan esta comarca.

El trabajo del campo resalta los sabores y protagoniza las propuestas gastronómicas propias de la Ruta del Vino de La Manchuela. En esta especial oferta enoturística los comensales podrán degustar platos en exquisitos maridajes con vinos propios de la región que cuentan con Denominación de Origen. Las bondades de la naturaleza y sus productos son explotados por los expertos en lo enogastronómico.

4. Destino turístico Starlight Serranía de Cuenca

El Parque Astronómico de la Serranía Conquense está dentro del Parque Natural Serranía de Cuenca. Esta zona, al noreste de la provincia, tiene un alto valor medioambiental: está protegido además bajo la figura de Sitio Natural de Interés Nacional y forma parte de la Red Natura 2000. Se pueden encontrar recursos naturales de incalculable valor geológico, florístico, faunístico e hidrológico. Existe una red de senderos del Parque que contiene 11 rutas aptas para el senderismo y la educación ambiental. Todos ellos están señalizados, existiendo diferentes niveles de dificultad y, además, el Parque Natural dispone de áreas recreativas, miradores y otras infraestructuras dedicadas al uso público. Y en muchas de las localidades se pueden degustar menús específicos del destino, basados en la gastronomía tradicional de la Serranía de Cuenca.

5. Ruta de la Lana

Camino de Santiago en Castilla-La Mancha.

Los peregrinos a Santiago de Compostela viajaban desde Levante atravesando Castilla-La Mancha, en la que fue llamada Ruta de la Lana. Te proponemos un recorrido cultural por sus lugares más emblemáticos en el tramo de Cuenca en los que degustar la mejor gastronomía del interior peninsular.

6. Visitas a bodegas con catas

A lo largo y ancho de todo el territorio de la provincia de Cuenca, una de las más grandes del país, se encuetran numerosas bodegas, pagos y cooperativas que ofrecen servicios de visitas guiadas, catas comentadas, museos y centros de interpretación, y tiendas, así como alojamiento y productos de bienestar relacionados con el vino.

7. Ruta del Oso en Cuenca

Te proponemos un recorrido por espacios naturales en los que ver de cerca osos, lobos y espectaculares paisajes, y reponer fuerzas con la rica gastronomía conquense. Ideal para hacer con niños.

8. Balnearios y spas

En la provincia de Cuenca se cuenta solamente con un balneario, pero del nivel del Real Balneario de Solán de Cabras, posiblemente el agua de más prestigio a nivel nacional. Un pequeño paraíso, cuyo acuífero ha estado ocupado más de quinientos años que mana desde el fondo de la hoz del río Cuervo y cuyos análisis no han variado desde tiempos de Carlos III.

Destinos y rutas

Ruta de los Dinosaurios

Cuenca tiene el privilegio de contar con dos de los yacimientos de dinosaurios más importantes del panorama paleontológico europeo: Las Hoyas y Lo Hueco. Además de permitir al visitante realizar un recorrido por la historia de los ecosistemas con dinosaurios de la Península Ibérica, estos yacimientos le ofrecerán la posibilidad de moverse por algunos de los entornos más característicos del paisaje natural de la provincia. La ruta de los dinosaurios está formada por un conjunto de dotaciones museográficas distribuidas a lo largo del territorio que permiten a todo tipo de público entender una parte importante del contexto paleontológico de la península.

El yacimiento de Las Hoyas (La Cierva, Cuenca) está consagrado como una referencia internacional sobre el Cretácico Inferior. Lo Hueco, en Fuentes, ha proporcionado una gran colección de peces, tortugas, lagartos, cocodrilos y dinosaurios de hace unos 75 millones de años, durante el Cretácico Superior. Los fósiles más característicos son los esqueletos parcialmente articulados de grandes saurópodos.

Ruta del Cristal de Hispania

Esta ruta se extiende a lo largo de 163 km por la provincia de Cuenca y se corresponde con la antigua vía "Lapis Specularis", calzada romana que comunicaba las tierras del interior de la Meseta con las zonas del Levante y los puertos del Mediterráneo. Por la calzada se transportaba el lapis specularis o espejuelo, empleado para cerrar pequeños vanos con carácter ornamental, ya que su pureza lo hacía traslúcido, dejando pasar la luz.

Las explotaciones mineras romanas de Lapis Specularis constituyen uno de los más grandes y mejor conservados conjuntos mineros de la antigüedad.

En este recorrido que atraviesa la provincia destaca Segóbriga, cuya importancia durante el Imperio Romano se debió a la obtención y comercialización del Lapis Specularis.

Cuenca Bajo Tierra

Hubo una Cuenca en la que los primeros homínidos, cazadores, recolectores y pastores de caballos expresaron sus anhelos con pinturas, vivieron en cuevas y fueron enterrados en ellas... Esos primeros pobladores nos han dejado un rico patrimonio cultural que merece la pena conocer y descubrir.

Junto a las cuevas de los primeros pobladores de la provincia de Cuenca encontramos los complejos mineros de época romana. Fue Plinio el Viejo el que dejó escrito que las minas de Lapis Specularis se encontraban en la Hispania Citerior y más en concreto "cien mil pasos alrededor de la ciudad de Segóbriga", ciudad cuya importancia durante el Imperio Romano se debió a la obtención de este Lapis Specularis. La provincia de Cuenca está salpicada de complejos mineros que abastecían a la antigua Roma para acristalar sus edificios.

Visitar estas minas permite a los visitantes no sólo conocer cómo eran estas explotaciones y el sistema de trabajo que empleaban los romanos, sino adentrarse también en una divertida aventura subterránea.

Ruta de las Tierras de Moya

Esta ruta nos adentrará en el Neolítico y en la Edad de Bronce a través de las sobrecogedoras pinturas rupestres de Villar del Humo, que están declaradas Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y que serán nuestra primera parada.

El municipio de Villar del Humo, está asentado en un irregular terreno montañoso, lo que lo hace atractivo junto con sus edificaciones serranas asentadas en varios niveles. Posteriormente llegaremos a Carboneras de Guadazaón, donde nos recibirá el Panteón de los primeros Marqueses de Moya. Continuando la ruta llegaremos a Pajaroncillo y a Las Corbeteras, un curioso paisaje erosionado por el agua ubicado en las cercanías de la población.

Siguiendo el camino llegaremos hasta Cañete, conjunto histórico-artístico, patria de Álvaro de Luna, que merecerá la pena visitar. Continuando nos encontraremos con Boniches y Moya, sede del Marquesado homónimo que en la actualidad se encuentra deshabitada. Landete, Talayuelas y el Monasterio de Tejeda (en el término de Garaballa) en última instancia nos esperan, y no pueden faltar en una ruta que causará impresión en el viajero.

Cuña de Rutas y Ríos

Partiendo desde Cuenca, la ciudad construida entre rocas, hoces y ríos, y tomando la carretera paisajística CM-2105, muy pronto se adentra el viajero en el Parque Natural de la Serranía de Cuenca, más de 73.000 hectáreas de maravillas naturales entre las que discurre íntegramente esta ruta. Sin duda una de las joyas medioambientales de Cuenca y Castilla-La Mancha, plena de vegetación, agua, rocas y fauna, destino insoslayable para aquél que quiera disfrutar del turismo de naturaleza.

A través de esta ruta el viajero tendrá la oportunidad de conocer parajes tan impresionantes como el Ventano del Diablo, la Ciudad Encantada, la Laguna de Uña, el Embalse de La Toba, el Nacimiento del Río Cuervo o el Parque del Hosquillo; y las poblaciones serranas de Villalba de la Sierra, Uña, Huélamo, Tragacete y Las Majadas.

Huellas de millones de años

Maravillas y sorpresas de la naturaleza formadas por el paso de millones de años esperan al viajero que se lance a la aventura de realizar esta ruta. En ella tendrá la oportunidad de conocer imponentes monumentos naturales como las Torcas o las Lagunas de Cañada del Hoyo.

No podrá irse sin visitar la localidad de Cañada del Hoyo, en la que descubrirá algunos atractivos patrimoniales. Esta población, que recibe su nombre de su vinculación ganadera y del valle donde está ubicada, acoge la iglesia parroquial de Nuestra Señora de las Nieves, el castillo-fortaleza y la ermita de la Virgen de los Ángeles, enmarcada en un hermoso paraje a unos 5 kilómetros del pueblo.

Ruta del Mimbre

A caballo entre La Alcarria y la Serranía conquense se abre ante los ojos del viajero un paisaje rojizo dominado por el mimbre con tonos verdes propios de la oliva. Valdeolivas, vinculada al cultivo y cosecha de la oliva verdeja, y Priego, cuna del mimbre y la artesanía, se erigen como focos principales de esta ruta. A 72 km de la capital conquense, la majestuosidad del Pantocrátor que preside desde el ábside la iglesia parroquial de la Asunción de Valdeolivas alimenta el alma del viajero que llega hasta ella.

Priego, por su parte, destaca por el espectacular paraje que se extiende en el Estrecho de Priego y construcciones como el Palacio de los Condes de Priego del siglo XVI. A camino entre una y otra localidad, el visitante puede descubrir bellezas conquenses donde predomina la artesanía y construcciones curiosas como las cuevas-bodega o los “chozos” de Villaconejos de Trabaque.

El espectáculo de la Naturaleza

El río Escabas nos da la bienvenida y se convierte en compañero y guía en el inicio de esta ruta en la que la Serranía de Cuenca nos regalará hermosos paisajes. En su recorrido el viajero encontrará en las inmediaciones de Cañamares, al inicio de la ruta, mares de mimbres que darán paso, al adentrarnos en la Serranía, a maravillas trazadas por la naturaleza, ayudada en algunos casos por la mano del hombre.

Merecerá la pena recorrer enclaves y paisajes como la Hoz de Beteta, Puente de Vadillos y el cercano balneario del Solán de Cabras, Beteta, El Tobar junto con su laguna y las localidades de Masegosa, Lagunaseca, Santa María del Val y Poyatos.

Ruta del Románico del Campichuelo

Entre la Sierra de Bascuñana y la de Las Majadas se encuentra la comarca del Campichuelo, por la que discurre esta ruta.A lo largo de esta ruta se puede admirar un paisaje dominado por una gran variedad de especies vegetales, aves y pequeños mamíferos. El Estrecho de Arcos, el Ventano del Diablo, la hoz del Tajo, diversas peñas y dehesas completan las joyas naturales que nos ofrece esta ruta.

Para los amantes del Románico, en esta zona dominan las construcciones de este estilo arquitectónico. También destaca la arquitectura popular, realizada con materiales como yeso, piedra, adobe, madera de roble y tejas árabes; y las cuevas y bodegas, que se usaban de almacén. En toda la comarca el viajero podrá visitar los talleres artesanos donde se producen objetos de mimbre.

Joyas de Civilizaciones

En los enclaves y monumentos que jalonan esta ruta transcurrida entre tierras manchegas y alcarreñas reside una parte importante de la riqueza monumental de la provincia. En ella están incluidos edificios tan importantes como el majestuoso Monasterio de Uclés, la Iglesia de Nuestra Señora de la Natividad (Carrascosa del Campo), la iglesia de Nuestra Señora de la Asunción (Tarancón) o el Ábside de Santa María de Atienza de Huete, población con un prolijo catálogo monumental.

Mención aparte merece el Parque Arqueológico de Segóbriga, uno de los más importantes de la Península, que está ubicado en el término municipal de Saelices, muy próximo a la Autovía A-3. Este yacimiento nos trasladará a la Edad de Bronce, origen de este asentamiento romano.

Del Medievo al Renacimiento

A lo largo de esta ruta que transcurre por poblaciones de La Mancha conquense podremos conocer desde castillos hasta iglesias pasando por casas palaciegas, sedes en la actualidad de museos como el Centro de Estudios Manriqueños o el Museo de Obra Gráfica de la Fundación Antonio Pérez, que alberga obras de importantes artistas como Saura, Feito o Lucebert.

El viajero tendrá la oportunidad de pasear por las calles de poblaciones como Castillo de Garcimuñoz, Santa María del Campo Rus, La Alberca de Záncara, Sisante, Alarcón o la villa de San Clemente, en la que podrá admirar sus numerosas joyas renacentistas.

De la Roma Clásica al Románico

Una interesante aventura que adentra al visitante en un viaje a través de la historia, poniendo a su paso espectaculares construcciones que harán que el viajero se deje llevar por la herencia que la cultura clásica dejó en la provincia conquense, esculpiendo parajes como Valeria y enlazando con el Románico, que nos deleita en territorios como Arcas con su Iglesia de Nuestra Señora de la Natividad.

Sin embargo, esta ruta es capaz de hacer un alto en la historia para entrar de lleno en la naturaleza con la imponente hoz del río Gritos. El visitante encontrará un paraje con una flora y una fauna a las que bien merece la pena dedicar un paseo tranquilo para disfrutar de la zona.

Patria de Caballeros

Las bellezas arquitectónicas alrededor de esta ruta dejan al visitante sin palabras para describir la majestuosidad y expectación de estos lugares. Una ruta que recorre Villaescusa de Haro, Belmonte, Mota del Cuervo y La Mancha Húmeda, destacando a su paso grandes obras de maestros de la rejería, la escultura y la arquitectura, como queda reflejado en la Capilla de la Asunción de la iglesia parroquial de San Pedro o el Convento de los Dominicos, en Villaescusa de Haro.

A unos 7 kilómetros de este lugar se erige la fortaleza-palacio de Belmonte, uno de los castillos más hermosos y mejor conservados de España. Y no podemos dejar de mencionar la arquitectura popular de labranza manchega que preside Belmonte, la Reserva de la Biosfera de La Mancha Húmeda o el conjunto de Molinos de Viento mejor conservados del país en Mota del Cuervo.

La Orden de Santiago

Esta ruta expone ante nosotros los parajes que conforman el territorio en que tuvo su sede la Orden de Santiago, fundada en el siglo XI, cuyo fin era hacer retroceder a los musulmanes en la Península y guardar las inestables fronteras de la Reconquista. Tras un largo conflicto Uclés es, desde 1230, la sede de la Orden. Una aventura increíble para los amantes de la arquitectura y la naturaleza. La Orden estuvo presente en la mayoría de las acciones militares de la Reconquista y sus posesiones se extendían por las provincias de Cuenca, Ciudad Real, Toledo, Guadalajara, Madrid, Jaén y Murcia.

Recorriendo la historia de la Orden llegamos a lugares tan sorprendentes como la laguna de El Hito, humedal y paraíso natural; Almonacid del Marquesado, donde se erige la iglesia parroquial de Santiago; Puebla de Almenara, dominada por su castillo; Villamayor de Santiago, donde las huellas de la Orden se dejan ver en la arquitectura y costumbres; Horcajo de Santiago; Segóbriga y su espectacular parque arqueológico romano; y Uclés y su majestuoso monasterio. La ruta culmina en las localidades de Tarancón y Belinchón.

Sorpresas de la Manchuela

Un recorrido que empieza y termina en la naturaleza, dejando ver entremedias espectaculares construcciones y monumentos de nuestro patrimonio histórico-artístico. Empieza la andadura del viajero por las Hoces del Cabriel, un paraje que sobrecoge por su belleza y valor ambiental y que sólo en su parte conquense constituye una reserva natural de más de 1.600 hectáreas. Y finaliza con un paisaje lleno de cascadas.

A lo largo del camino que une estos dos patrimonios naturales, el visitante recorre enclaves como Minglanilla y el primer castillo de nueva planta edificado en España en el siglo XXI; Iniesta y su histórica Ermita de la Concepción; Villanueva de la Jara y su Basílica de Nuestra Señora de la Asunción; Motilla del Palancar; Campillo de Altobuey; y Paracuellos de La Vega y su fortaleza de origen musulmán.

2.3. Marcas de garantía alimentaria

DOP Queso Manchego

Hablar de Castilla-La Mancha es hablar de Queso Manchego. Sólo con la raza de oveja manchega, conservada pura en Castilla-La Mancha, se elabora el delicioso Queso Manchego. De sabor y propiedades únicas, su proceso de elaboración se ha mantenido inalterable a lo largo del tiempo. Madurado desde un mes a dos años, sus variedades -tierno, semicurado o curado,- pueden disfrutarse en piezas envueltas en esparto, en aceite o al natural, procedentes de las provincias castellano-manchegas en que se elaboran sus Denominaciones de Origen: Albacete, Ciudad Real, Cuenca y Toledo.

Vínculo entre el área geográfica y las características del producto.

Las condiciones edafoclimáticas de la zona han realizado gran parte de la selección natural para que sea la oveja de raza manchega la mejor adaptada y la que produce una leche que confiere al Queso Manchego sus características peculiares de color, olor, sabor y textura. Desde tiempos remotos se han elaborado quesos con ovejas de raza manchega, el paso de los siglos ha supuesto que las prácticas de elaboración se hayan dirigido a sacar las máximas cualidades a este queso tradicional de La Mancha.

DO Miel de La Alcarria

La sutileza y aroma de la Miel de La Alcarria sólo es posible gracias a las plantas aromáticas de que se nutren las abejas. Ellas son las reales causantes de este oro líquido con grandes propiedades que se elabora en nuestra naturaleza y territorio. Crecidas en los paisajes naturales de Guadalajara y Cuenca, la distingue el ser exclusivamente floral. En Castilla-La Mancha la Miel de la Alcarria distingue además tres variedades diferenciadas y con diferentes notas entre sí: la procedente de flor de espliego, la de la flor del romero y la que se elabora gracias a la combinación multifloral de nuestros paisajes naturales.

Zonas y detalles

La Alcarria es una comarca típica de páramos extendidos entre los macizos secundarios de la Meseta de Sigüenza y la Serranía Conquense al norte; la Sierra de Altomira al este; los ríos Tajo y Guadiela al sur, que la separan de la monótona llanura manchega y los suaves perfiles de la campiña del Henares al oeste. La flora silvestre es rica en Labiadas como el romero, tomillo, espliego, ajedrea, hisopo, mejorana y en otras plantas como la gayuba y la aliaga.

DOP Azafrán de La Mancha

El Azafrán de La Mancha es mucho más que una especia de intenso aroma, único en su variedad por el especial tostado a fuego lento, que potencia todas sus naturales cualidades. El noventa por ciento de su cultivo nacional se lleva a cabo en nuestra tierra. El azafrán en Castilla-La Mancha es además toda una cultura ancestral, que aún se conserva, por las especiales características de su cultivo y recolección. Una recolección que todavía debe hacerse a mano, recolectando a diario sus flores en el otoño. Y separando después sus pistilos, las hebras del azafrán, de los pétalos. Una a una, mano a mano.

Zona geográfica que ocupa

En el interior de Castilla-La Mancha ocupa las comarcas manchegas pertenecientes a las provincias de Albacete, Ciudad Real, Cuenca y Toledo.

DOP Aceite de La Alcarria

La variedad castellana (Verdeja) es la seña de identidad y diferenciación de esta Denominación de Origen. Se trata de la variedad autóctona y exclusiva de la comarca natural de La Alcarria. Esta variedad es prácticamente la única utilizada en la elaboración de los aceites para los que se solicita la Denominación de Origen y es prácticamente la única zona en la que se cultiva. Esta variedad produce aceites untuosos, muy equilibrados y saludables.

AOVE con intensa presencia de frutados y aromas, rotundos en su olor a hoja, en los que se entremezclan sabores a hierba, avellana o plátano y ligera presencia de amargos y picantes. El color predominante es verde limón, mas o menos intenso dependiendo del momento de la recolección y del grado de madurez.

Foto: DO Vinos de Uclés

DO Vinos de Uclés

La altura de la zona de producción, con suelos ricos en potasio, y una viticultura tradicional, el predominio de las formas libres en vaso con densidades de plantación bajas, dan lugar a unas uvas compensadas en ácidos con las que se obtienen unos vinos muy equilibrados.

Así mismo la producción mayoritariamente en secano, en armonía con la clase y edad de la vid, y teniendo un equilibrio fundamental aportado por la cepa vieja, dan lugar a unos vinos con un pH bajo que les permite tener una vida más larga.

DOP Ribera del Júcar

Esta joven DOP se creó en 2003 y cuenta con una extensión de más de 9.000 hectáreas de viñedo situadas en los municipios conquenses de Casas de Benítez, Casas de Fernando Alonso, Casas de Guijarro, Casas de Haro, El Picazo, Pozoamargo y Sisante.

La creación de la nueva Denominación de Origen Protegida Ribera del Júcar es un paso más en la línea de superación que evidencia el gran esfuerzo de los viticultores por mejorar sus producciones, adaptándose al mercado y al gusto de los consumidores más exigentes, apostando decididamente por la elaboración de vinos de gran calidad y embotellándolos bajo la DOP Ribera del Júcar.

La Denominación de Origen Protegida Ribera del Júcar está concebida como un proyecto multifuncional que gira en torno al equilibrio del ecosistema vitivinícola, siendo su origen las practicas respetuosas con el medio ambiente en el cuidado de nuestras viñas y como objetivo el desarrollo de los viticultores y de los habitantes de nuestros pueblos en general a través de actividades paralelas al vino, como son el ecoturismo o visitas a bodegas alternativas de ocio al aire libre.

DO Manchuela

En nuestra identidad de marca se ven reflejadas cinco variables estratégicas: historia, tierra, clima, tradición y tecnología y variedades. Una simbiosis perfecta que entre ellas ha dado vida a variedades de uva autóctonas que generan una notable influencia en la creación de un vino singular, nuestro "Vino de influencia". Enmarcada entre los valles de los emblemáticos ríos Júcar y Cabriel, este característico territorio entre ríos es una de las claves que definen al vino de la DO Manchuela. Nuestros viñedos se encuentran entre 600 y 1.000 metros de altura sobre el nivel del mar, con suelos arcillosos con base calcárea y escasas precipitaciones.

Todas estas condiciones son perfectas para que nuestra uva emblema, la Bobal, triunfe y ofrezca sus racimos repletos de granos, muy jugosos, con hollejo grueso y repletos de saludables taninos.

DO Mancha

La Mancha cuenta con una vastísima tradición vitivinícola, que sumada a una serie de elementos característicos de tipo geológico, geográfico y climático que la definen, hacen de ella un territorio idóneo para producir una excelente uva y posteriormente dar vida a un gran vino con matices muy peculiares.

Se puede decir, en resumen, que La Mancha es una zona ideal para el cultivo de la vid, que produce en nuestro territorio unos frutos de extraordinaria calidad, maduración y salud. Por ello, los vinos manchegos se encuentran hoy día entre los más exquisitos y más prestigiosos del mundo, son degustados en toda España y también exportados a los cinco continentes, convirtiendo a Castilla-La Mancha ya desde hace muchas en la CCAA líder de España en cuanto a exportaciones de vino en volumen.

IGP Cordero Manchego

Hablar de Cordero Manchego es hablar de tradición, historia y calidad. El cordero de raza manchega, Indicación Geográfica Protegida, no sólo se consume en su presentación tradicional, asado al horno de leña, sino que los grandes renovadores de la cocina española lo usan en variadas presentaciones. Los corderos manchegos no sólo son alimentados exclusivamente con materias primas naturales, sino que su sacrificio y el procesado de su carne sigue un riguroso proceso, capaz de garantizar su jugosidad, terneza y suavidad. Su crecimiento y cuidado de manera idónea y alimentándolo de productos sacados de nuestras tierras y naturaleza garantiza sus cualidades y sabor.

Cordero de la Serranía de Cuenca

Cordero Serranía de Cuenca es una Marca de Calidad Certificada de carne de cordero asociada a un entorno natural único como es la Serranía de Cuenca y a los métodos de producción y cría del ganado característicos de dicha zona geográfica. El mayor distintivo de nuestra Marca de Calidad es, sin lugar a dudas, el origen geográfico de nuestras explotaciones. La Serranía de Cuenca es un paraje natural único, en el que se emplaza el Parque Natural de la Serranía de Cuenca y podemos encontrar monumentos naturales tan conocidos como el Ventano del Diablo, Nacimiento del Río Cuervo, la Ciudad Encantada, etc.

IGP Ajo Morado de Las Pedroñeras

Hay productos icónicos de nuestra región y uno de ellos es el Ajo Morado de Las Pedroñeras. Este ajo presenta un fuerte olor y un gusto picante y estimulante a los sentidos. Estas características se perciben de un modo más acentuado al cortarse un diente y proceder con su elaboración en las amplias utilidades de nuestro recetario. La zona de producción está constituida por localidades pertenecientes a las comarcas naturales de La Mancha y la Manchuela todas ellas pertenecientes a las provincias de Albacete, Ciudad Real, Cuenca y Toledo.

Miel de Cuenca

Toda la provincia es refugio ideal para las abejas, con grandes espacios de floración de múltiples especies melíferas que ofrecen al mercado una gran cantidad y variedad de mieles únicas. Sobre todas ellas destaca la miel de romero, pero también se aprecian las de tomillo, ajedrea y espliego.

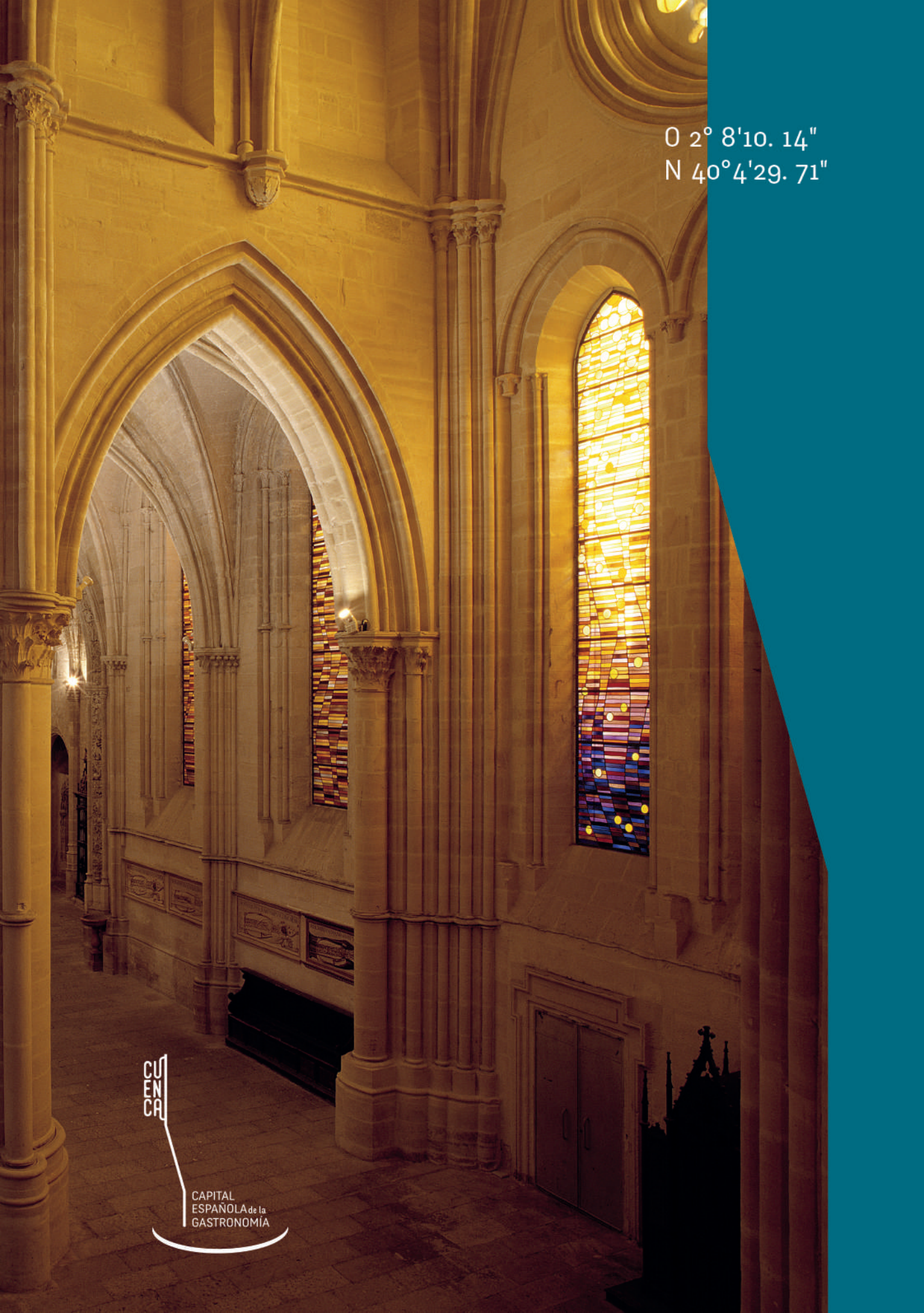
Este libro se terminó de diseñar y componer el miércoles 21 de septiembre de 2022, festividad de San Mateo y conmemoración del 845º aniversario de la conquista de Cuenca.

Justo cuando del cielo caía la varilla que indicaba el fin de las fiestas.

CUENCA

CUENCA

CAPITAL
ESPAÑOLA de la
GASTRONOMÍA


O 2° 8'10. 14"
N 40°4'29. 71"
CU
EN
CA
CAPITAL
ESPAÑOLA de la
GASTRONOMÍA