



GASTRONOMIA

Eivissa

www.ibiza.travel





www.ibiza.travel

info@ibiza.travel

Edició: Octubre 2019
DL I 132-2019

Text: Xescu Prats

Agraïments: Juanito i Catalina de Ca n'Alfredo, Maria de Can Benet i Carmen de Can Toni Buté

ÍNDEX

4 UNA ILLA QUE SEDUEIX PER LA SEUA GASTRONOMIA

- SABORS DE MAR I TERRA
- MENJAR A EIVISSA, UN UNIVERS DE POSSIBILITATS

7 PRODUCTES D'EIVISSA

- SOBRASSADA I BOTIFARRA
- FORMATGE
- OLI D'OLIVA
- SAL
- VI
- HERBES EIVISSENQUES
- MEL
- ORELLETES
- FLAÓ
- PRODUCTES DE LA GARROVA I L'AMETLLA
- PEBRERA VERMELLA
- ALTRES MARQUES I INDICACIONS GEOGRÁFIQUES PROTEGIDES

13 RECEPTARI D'EIVISSA

- PA PAGÈS, ALLIOLI I OLIVES
- COCA DE PEBRERA
- ENSALADA DE CROSTES
- ENSALADA PAGESA
- BULLIT DE PEIX AMB ARRÒS A BANDA
- GUISAT DE PEIX
- BORRIDA DE RAJADA
- ARRÒS A LA MARINERA
- FRITA DE POLP
- CALAMARS FARCITS
- ARRÒS DE MATANCES
- FRITA DE PORC
- SOFRIT PAGÈS
- BUNYOLS
- GREIXONERA
- ORELLETES
- FLAÓ
- CAFÈ CALETA
- HERBES EIVISSENQUES

52 CALENDARI GASTRONÒMIC

Eivissa

Eivissa

UNA ILLA QUE SEDUEIX PER LA SEUA GASTRONOMIA

Platges, natura, oci i patrimoni solen ser els arguments principals per triar Eivissa per primera vegada. La gastronomia, tanmateix, és el motiu que sempre empeny a tornar-hi.

Si hi ha una característica de l'illa que la fa diferent de qualsevol altra destinació mediterrània és el festival de sabors que proporciona la seua extensa cuina i la possibilitat de gaudir-ne amb els seus paisatges com a teló de fons. I és que Eivissa sorprèn per la seua capacitat de generar una insòlita varietat de productes en un territori molt limitat.

Els eivissencs de temps passats, quan encara no existia el turisme, vivien amb pocs recursos i només tenien un luxe a l'abast: la gastronomia. Mares i àvies manejaven un interminable catàleg de receptes heretat dels seus ancestres, plats en els quals encara ressona l'eco de les civilitzacions antigues que varen habitar l'illa al llarg de la seua història: fenicis, púnics, romans, àrabs, cristians...

Avui, els pescadors continuen traient del mar els mateixos peixos i mariscos frescos, i els pagesos segueixen criant races autòctones d'aus i bestiar i cultivant innumerables fruites i verdures, que cullen al seu grau òptim de maduració. Tots aquests productes arriben excepcionalment frescos a mercats i restaurants. Són la base amb què els cuiners de l'illa conjuguen, recuperen i evolucionen

aquelles antigues receptes i generen un espectacle únic per als sentits.

Gaudir d'aquestes elaboracions davall el sol, amb els peus damunt l'arena i la mirada perduda sobre un horitzó mariner, o sota la perfumada coberta de fusta de savina d'una casa pagesa, en un poble idíl·lic, és un privilegi irrepetible.

SABORS DE MAR I TERRA

No hi ha una metàfora més encertada per expressar el salt de qualitat que suposa gaudir de la gastronomia d'Eivissa que assaborir una tomata madura acabada de collir de la planta o un tros de xindria després de sentir com cruix en obrir-la.

L'agricultura d'Eivissa continua oscil·lant al ritme de les estacions i genera un hort ric, molt variat i de la qualitat més òptima. A les plantacions tradicionals, cultivades en bancals a les ribes dels torrents i al costat de fonts, s'hi sumen nous cultius d'agricultura ecològica, que s'incrementen cada any i impulsen una creixent indústria alimentària que, juntament amb la cria de ramaderia autòctona, genera productes exclusius de l'illa, com vins, formatges, mel, embotits, conserves, oli d'oliva, licors, espècies, rebosteria tradicional...



En paral·lel, la pesca artesana viu un moment òptim. Dotzenes de pescadors surten a feinejar cada dia per tota la costa, a bord dels tradicionals llaüts de fusta. La tornada als diversos ports pesquers i a la confraria és un espectacle. Mitjançant arts ancestrals i cuidant al màxim l'estat dels caladors, desembarquen caixes plenes de les espècies més cobejades: anfós, roja, gall de Sant Pere, déntol, pagre, círvia, gamba vermella, llagosta, cigala reial, calamar... que arriben acompanyades d'altres de més populars i igualment saboroses, com gerrets, molls, sépies, serrans, crancs, morenes, polps...

Els boscos, així mateix, aporten caça menor, bolets i una impressionant varietat d'herbes i plantes que representen el millor condiment per als guisats i la rebosteria tradicional. Se sumen al producte gastronòmic més antic de l'illa: la sal de les salines, que es recol·lecta des de fa 2.600 anys.

El gran interès que aixeca avui en dia la gastronomia d'Eivissa obeeix, sobretot, al seu abundant, exquisit i interminable rebost.

MENJAR A EIVISSA, UN UNIVERS DE POSSIBILITATS

Una de les grans sorpreses que proporciona Eivissa és la qualitat dels seus restaurants. A bona part de les platges i les cales s'hi pot trobar un senzill quiosquet de platja o un establiment cuidat on gaudir del producte més fresc, amb la millor qualitat, i elaborat amb el mestratge de la tradició.

Els petits pobles i els paisatges de l'interior de l'illa conjuguen, alhora, una varietat de petites tavernes, restaurants tradicionals i nous espais d'avantguarda que permeten gaudir tots aquests sabors davall les estrelles, entre pins i a l'interior de cases pageses que impressionen per la seua arquitectura arcaica i perfectament integrada en el paisatge.

La cuina marinera és la més reconeguda a Eivissa, amb plats tan imponents com el bullit de peix, el guisat de peix, la caldereta de llagosta, una àmplia varietat de paelles, fideuades i arrossos caldosos, la salmorra de peix, la borrida de rajada, varietat de graellades, peixos al forn i una successió de receptes inabastable durant una estada vacacional.

Als plats de la terra s'hi sol arribar a la segona estada i són igualment complexos i sorprenents. Destaquen receptes festives com el sofrit pagès o l'arròs de matances, així com una interminable varietat d'elaboracions a base de llegums i verdures, guisats i fins i tot combinacions de mar i muntanya tan apetitoses com els calamars farcits.

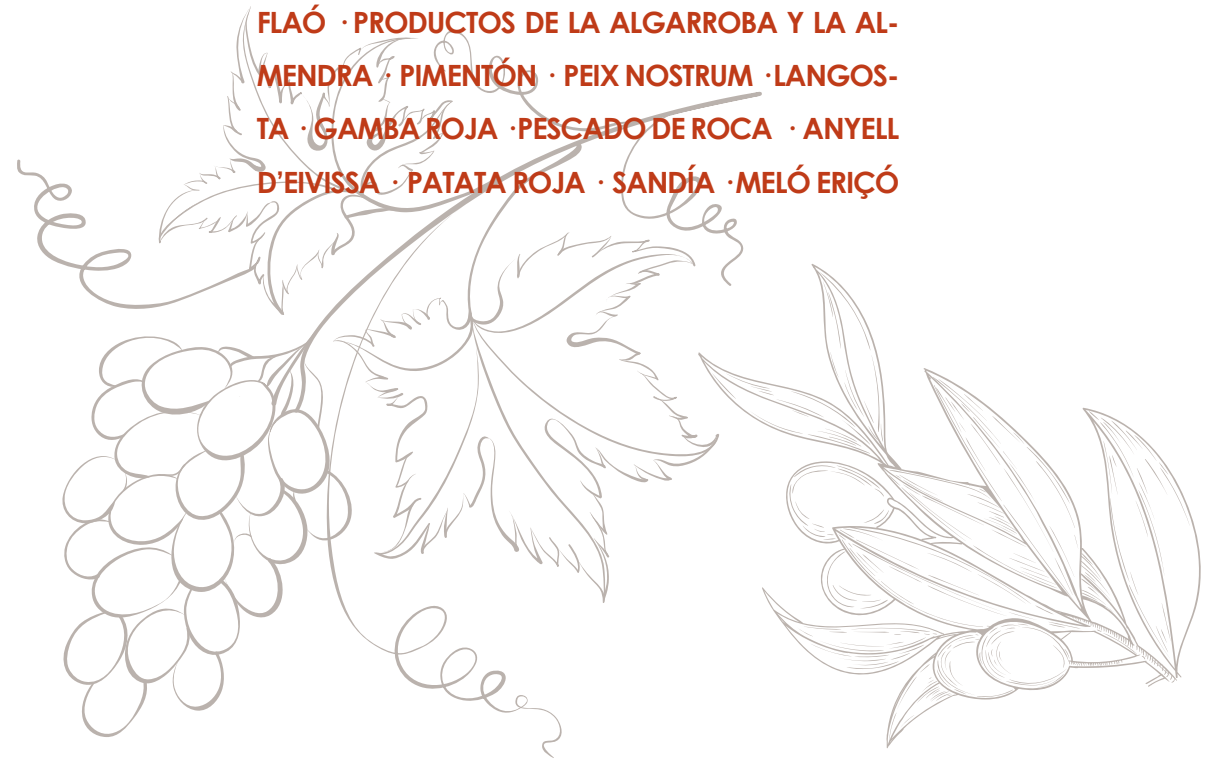
La rebosteria, d'altra banda, exhibeix el mestissatge cultural de l'illa, amb una alquímia que conjuga les arrels àrabs i cristianes d'aquest territori. El flaó, un sorprenent pastís de formatge i herba sana, constitueix un dels màxims exponents de la nostra tradició gastronòmica, però també la greixonera, un púding fet amb ensaïmades, les famoses orelletes o els bunyols casolans, sempre presents a les festes locals. Se sumen a licors tradicionals com les herbes eivissenques o la frígola i al cafè caleta, una mena de "queimada" eivissenca que sovint clou el festí.





PRODUCTES D'EIVISSA

SOBRASADA Y BUTIFARRA · QUESO · ACEITE DE
OLIVA · SAL · VINO · HIERBAS IBICENCAS · MIEL ·
FLAÓ · PRODUCTOS DE LA ALGARROBA Y LA AL-
MENDRA · PIMENTÓN · PEIX NOSTRUM · LANGOS-
TA · GAMBA ROJA · PESCADO DE ROCA · ANYELL
D'EIVISSA · PATATA ROJA · SANDÍA · MELÓ ERIÇÓ



SOBRASSADA I BOTIFARRA

En una illa on només es practicava una agricultura i ramaderia de subsistència, la matança del porc era fonamental perquè proporcionava una reserva de proteïnes per a tot l'any. L'elevada humitat d'Eivissa impedeix curar pernills i lloms com a moltes zones de la península, i per tant la carn es conserva mitjançant l'elaboració d'embotits curats amb sal i espècies. La sobrassada i la botifarra en són els més representatius.

La sobrassada s'elabora amb carn magra picada, xulla, sal i un ventall d'espècies, com el pebre vermell, el pebre, el clau, la nou moscada i fins i tot pebre de Caiena, quan se li vol donar un toc picant. Les botifarres incorporen les mateixes espècies, tot i que se'ls afegeix sang i es bullen en una caldera. Tots dos embotits es conserven en assecadors interiors de les cases.

Actualment hi ha ja una important indústria alimentària a l'illa, que elabora sobrassades i botifarres amb les màximes garanties sanitàries. Es poden trobar fàcilment a supermercats i xarcuteries.

FORMATGE

Eivissa té una ramaderia de races autòctones que també aporta una singularitat especial als seus formatges. Tradicionalment, als habitatges rurals on es criaven cabres i ovelles s'hi elaborava un formatge saborós, que sovint es deixava curar perquè adquirís una consistència sòlida i un sabor intens.

Avui dia queden algunes famílies que elaboren formatge seguint el mètode artesanal de fa segles, i a aquestes s'hi han afegit petites empreses agropecuàries que recuperen la tradició i la posen a disposició de la població, a través dels comerços.

El formatge d'Eivissa es prepara amb una mescla de llet de cabra i d'ovella, tot i que abans s'utilitzava la que hi havia, indistintament. El seu sabor característic respon al quall vegetal utilitzat, que en eivissenc rep el nom d'herba de formatjar (herbacol o *Cynara Cardunculus*), una planta

perenne molt semblant a la carxofa. Floreix durant l'estiu, es cull quan la flor ja està gairebé seca i es conserva per utilitzar-la durant tot l'any.

OLI D'OLIVA



truits a l'antiguitat.

Els romans van comerciar amb oli d'Eivissa durant segles, transportant-lo en àmfores per tota la Mediterrània, juntament amb altres productes insulars com la mel, el vi, les figues, la sal, peixos en conserva, salsa gàrum elaborada amb vísceres de peix i tint porpra.

La indústria de l'oli es va mantenir durant els segles posteriors i, després de la reconquesta cristiana del segle XIII, els trulls van anar augmentant. Encara avui, moltes cases pageses de l'illa tenen un gran trull d'enginyeria primitiva, que servia per abastir d'oli tots els vesins de la rodalia.

A la darrerria del segle XX el cultiu de l'olivera es va reprendre amb noves plantacions que, gràcies a l'esforç dels seus productors, ha permès obtenir el reconeixement com a Indicació Geogràfica Protegida en la campanya 2019-2020 amb olis de collita primerenca a partir de les varietats principals arbequina, picual i koroneiki.

SAL

Eivissa explota les seues salines des del temps dels fenicis, fa més de 2.600 anys, i fins l'arribada del turisme, a la dècada dels seixanta, van ser la indústria més gran de l'illa. Durant segles van proporcionar feina a centenars d'habitants.

Al principi, la sal s'obtenia de forma natural, es recol·lectava als marges de dos grans estanys. La seva explotació intensa, tanmateix, va començar a l'època musulmana i, després d'aquest període, amb l'arribada dels cristians,

al segle XIII, es varen ampliar i introduir notables millores tècniques. La sal, de fet, es va convertir en la principal font de finançament de la Universitat, l'òrgan de govern de l'illa, que va explotar les salines fins que, després la Guerra de Successió, el 1715, la Corona va passar a administrar-les directament, per subhastar-les després.

Actualment, la sal d'Eivissa es refina per a consum domèstic en diversos formats i s'exporta al natural a països del nord d'Europa, que la utilitzen sobretot per a la indústria dels peixos en salaó. És un dels productes emblemàtics de l'illa.

VI



En temps púnics i romans, Eivissa ja era coneguda per la qualitat dels seus vins, i bona part de la seva producció s'exportava per la Mediterrània i, molt especialment, per la costa llevantina peninsular. La cultura vitivinícola es va mantenir al llarg dels segles, i va arribar al seu màxim apogeu a mitjan segle XIX. Llavors es cultivaven prop de 45 hectàrees de vinya. L'arribada de l'epidèmia de la fil·loxera, originària d'Amèrica, va acabar amb la major part dels cultius.

Els pagesos vam empeltar vinyes i aviat varen tornar a elaborar vi per a consum domèstic i local a gairebé totes les cases pageses. La comercialització del vi d'Eivissa, tanmateix, no es va produir fins als anys noranta del segle passat, amb la irrupció dels primers cellers, que cultiven eminentment varietats tradicionals com monestrell i garnatxa, en raïm negre, i malvasia –en eivissenc, denominada “grec” – i moscatell, en blanc.

Actualment, Eivissa disposa d'una extensió superior al mig centenar d'hectàrees de vinyes, que exploten múltiples viticultors. A més de les varietats autòctones es cultiven altres de foranes, com ull de llebre, merlot, *cabernet sauvignon* i sirà, en negre, i *chardonnay*, macabeu i parellada, en blanc. La denominació, implantada des del 2003, és “Vi de la Terra d'Eivissa”.

HERBES EIVISSENQUES



A les cases pageses es manté viva la tradició d'elaborar herbes eivissenques, un licor molt característic de l'illa. Tot i que cada llar té la seva pròpia recepta, totes utilitzen com a base licor d'anís, en el qual es maceren herbes aromàtiques collides al bosc, juntament amb altres ingredients.

Els botànics habituals que s'empren en l'elaboració d'aquest licor són el fonoll, la frígola, el romaní, la marialluisa, l'espígol, la ruda, la camamilla, el ginebre i el ginebró, l'orenga, la menta, les fulles i la pell de llimona i taronja, la sàlvia, l'anís estrellat, l'anís verd...

Tot i que ja existeix una indústria dedicada a comercialitzar aquest licor des del segle XIX, el 1997 va passar a tenir la seva pròpia denominació geogràfica, i avui hi ha múltiples marques que destil·len directament aquestes herbes sense utilitzar anís com a base. Criden l'atenció pel seu brillant color ambrat, la seua dolçor i una graduació alcohòlica que oscil·la entre els 24 i els 38 graus.

MEL

A Eivissa es recol·lecta mel des de temps immemorials. Hi ha ruscós catalogats i protegits pel seu valor etnogràfic, que es varen construir entre els segles XV i XVII, i la mel es continua considerant un element indispensable en la vida rural. Les abelles, a més de ser un factor essencial per a la pol·linització de les plantes, proporcionen un aliment de gran valor energètic.

Antigament, els pagesos construïen cases d'abelles als boscos buidant troncs i branques i traslladaven els eixams a l'interior de carabasses. Al rebost de les cases pageses era freqüent trobar un plat amb trossos de bresca plens d'aquest dolç nèctar, els sabors del qual variaven en funció de les estacions i la flora que hi ha a cada zona de l'illa.

Actualment hi ha més d'un centenar de productors integrats a l'Associació d'Apicultors d'Eivissa, que gestionen més de dues mil cases d'abelles. Gràcies a aquesta tasca, comer-

cialitzen una mel exquisida, de sabor molt particular, amb la marca de garantia "Mel Certificada d'Eivissa".

ORELLETES

A Eivissa, no hi ha festa popular que s'ho valgui si no es reparteixen les tradicionals orelletes, unes pastes fregides i ensucrades, en forma d'orella, que s'elaboren amb ous, farina i altres ingredients i que són molt populars a l'illa.

La jornada prèvia a la festa del patró del poble, és habitual que un nombrós grup de vesins i vesines es trobin en una casa i dediquin una tarda sencera a preparar dotzenes de saboroses orelletes que, l'endemà, després de missa, s'ofereixen en safates per la plaça del poble, sovint acompanyades d'un gotet de vi dolç.

Es tracta d'un mos molt popular, que avui pot trobar-se a diari a nombroses botigues i pastisseries de l'illa.

FLAÓ

El flaó és una de les receptes més representatives de la rebosteria d'Eivissa. S'elabora amb formatge tendre d'ovella o cabra, herba sana i altres ingredients, tot i que en algunes cases hi afegeixen també una porció de formatge més curat per potenciar-ne el sabor. Sorprenen per la frescor que hi aporta l'herba sana, i en tastar-lo es percep l'antiguitat d'aquestes postres exòtiques, l'origen de les quals s'ha perdut entre la boira del temps.

En la literatura catalana, el flaó ja s'esmenta al segle XIII, tot i que aquesta recepta no s'ha de confondre amb l'eivissenca. En algunes zones de Catalunya i València s'elaboren unes crestes farcides de mató amb la mateixa nomenclatura, però que no tenen res a veure amb les postres eivissenques, inèdites a la resta del món.

Antigament, el flaó només es gaudia el Diumenge de Pasqua i es cuinava al forn de pa que hi havia a la cuina de totes les cases pageses. La Setmana Santa era l'època de l'any en què es produïa més formatge. Avui, tanmateix, es pot adquirir a pastisseries i comerços, i se'n pot gaudir durant totes les estacions.

PRODUCTES DE LA GARROVA I L'AMETLLA



Des del temps dels fenicis, els camps d'Eivissa han estat coberts d'ametllers i garrovers. Constitueixen el paisatge agrícola de

secà més típic de l'illa, i durant segles els seus fruits han representat la principal font d'ingressos per als eivissencs, perquè la seva recol·lecció i venda permetia a les famílies adquirir els productes de primera necessitat que no es generaven a la finca, com ara determinats aliments i roba.

En el passat, la garrova representava un aliment imprescindible per criar bestiar, i el seu fruit també s'exportava per produir pinso. Actualment hi ha una indústria creixent vinculada a aquest fruit, que a Eivissa proporciona productes molt interessants com licor, cervesa o xocolates que s'elaboren amb garrova. També se'n pot adquirir la farina, potent substitut del cacau en l'elaboració de postres i amb propietats molt saludables.

Eivissa, a més, destaca per la gran qualitat de les seues ametlles. Des de l'Edat Mitjana s'utilitzaven com a espècia, i gràcies a aquest aliment han sorgit alguns dels plats més característics de la gastronomia insular, com la borrida de rajada (guisat de rajada) o la salsa de Nadal, que es una espècie de *torró líquid* de Nadal.

PEBRERA VERMELLA

En l'actualitat, Eivissa experimenta un interès creixent per la recuperació i la comercialització de varietats autòctones que s'han emprat durant segles. Un dels exemples més interessants és l'elaboració de pebrera vermella amb la varietat local citró de matances. Es tracta d'un producte molt popular per a l'elaboració de sobrassades, atès que, juntament amb la sal, constitueix un potent conservant natural.

El procés d'elaboració de la pebrera vermella pitiüsa comença amb la collita de la verdura, a l'estiu, i continua amb el procés posterior d'assecatge al sol. Una vegada les pebreres han perdut tota l'aigua, es molen per obtenir-ne el preuat condiment. A més d'aportar un sabor únic als productes de la matança del porc, és una espècia ideal per potenciar guisats, plats de verdura, peix...

Actualment hi ha diverses plantacions ecològiques a l'illa que produeixen citró de matances per a l'elaboració d'uns pebrera vermella que sempre sorprenen per la seua intensitat. Es comercialitza a diverses botigues gastronòmiques i supermercats d'Eivissa.

ALTRES MARQUES I INDICACIONS GEOGRÀFIQUES PROTEGIDES



Peix Nostrum: aquesta marca sectorial garanteix al consumidor que el peix o el marisc ha estat capturat per la flota eivissenca, i que a més ha estat ma-

nipulat de forma correcta.

Llagosta: la llagosta amb indicació geogràfica protegida d'Eivissa és capturada a una profunditat d'entre 20 i 80 metres per barques artesanals que practiquen una pesca sostenible per conservar l'espècie. És un producte molt preuat per la gastronomia tradicional i ingredient de plats com l'arròs amb llagosta.

Gamba vermella: es pesca a ròssec als caladors d'Eivissa i Formentera, on viu camuflada a la fosca, a 600 metres de profunditat. Omnipresent en la gastronomia eivissenca, simplement a la planxa amb sal gruixuda i imprescindible en un arròs a la marinera.

Peix de roca: atrapat per la flota artesanal, aquesta indicació geogràfica protegida inclou espècies de gran valor gastronòmic com la roja, el déntol, l'anfós o el gall de Sant Pere, imprescindibles en plats tradicionals com el bullit de peix.

Anyell d'Eivissa: l'anyell eivissenc disposa de la seua pròpia indicació geogràfica protegida que certifica que l'animal ha nascut i s'ha criat a Eivissa, en petits ramats alimentats de pastures.

Patata vermella: el producte estrella de l'hort d'Eivissa i un ingredient imprescindible a plats tan característics de la cuina insular com el bullit de peix o el sofrit pagès.

Xíndria: la fruita de l'estiu, refrescant i molt dolça, amb llavors que mantenen la seua textura cruixent.

Meló eriçó: varietat autòctona de meló que es caracteritza per la seva forma arrodonida i petita i la retícula de la seva superfície, semblant a l'esquelet dels eriçons de mar. Sorprenen per la seva textura aquosa i la seva elevada dolçor.



RECEPTARI D'EIVISSA

PA PAGÈS, ALLIOLI I OLIVES · COCA DE PEBRE-
RA · ENSALADA DE CROSTES · ENSALADA PA-
GESA · BULLIT DE PEIX AMB ARRÒS A BANDA ·
GUISAT DE PEIX · BORRIDA DE RAJADA · ARRÒS
A LA MARINERA · FRITA DE POLP · CALAMARS
FARCITS · ARRÒS DE MATANCES · FRITA DE
PORC · SÒFRIT PAGÈS · BUNYOLS · GREIXONE-
RA · ORELLETES · FLAÓ · CAFÈ CALETA · HERBES
EIVISSENQUES





PA PAGÈS, ALLIOLI I OLIVES

PA PAGÈS, ALLIOLI I OLIVES

Als restaurants d'Eivissa és molt habitual trobar com a aperitiu unes llesques de pa pagès artesà, elaborat sense sal i amb una barreja de farina refinada i integral, olives envinagrades de la terra i la tradicional salsa d'allioli. Aquesta, de fet, constitueix un ingredient essencial en alguns plats típics com el popular bullit de peix i el seu arròs a banda, i representa la base de la popular salsa maionesa, que incorpora ou a la mescla.

NIVELL DE DIFICULTAT: MITJÀ

INGREDIENTS ALLIOLI

- 4 grans d'all
- Oli d'oliva
- Sal

ELABORACIÓ

Pelau els alls i picau-los en un morter amb un pessic de sal. Afegir-hi oli d'oliva a poc a poc i anau remenant-ho sense parar, sempre en el mateix sentit. No ho deixeu de remenar fins que la salsa hagi quallat.





COCA DE PEBRERA

Tot hom que visiti una pastisseria eivissenca trobarà a l'aparador unes vistoses coques de pebrera molt típiques de la gastronomia d'Eivissa. També n'hi ha de ceba, de tomata i gató, de bledes amb panses i pinyons... Les més característiques, en tot cas, són les de pebreres vermelles rostides i olives negres, que es gaudeixen com a aperitiu o snack a qualsevol hora del dia.

Antigament s'elaboraven en forns de llenya, quan es feia pa, i continuen ben presents a les festes pageses, com els balls tradicionals a pous i fonts que a l'estiu se celebren per tota l'illa.

NIVELL DE DIFICULTAT: FÀCIL

INGREDIENTS

PER A LA MASSA:

- 200 g de farina
- 1 got petit d'aigua
- 1 got petit d'oli d'oliva
- 1 sobre de llevat

PER AL FARCIT:

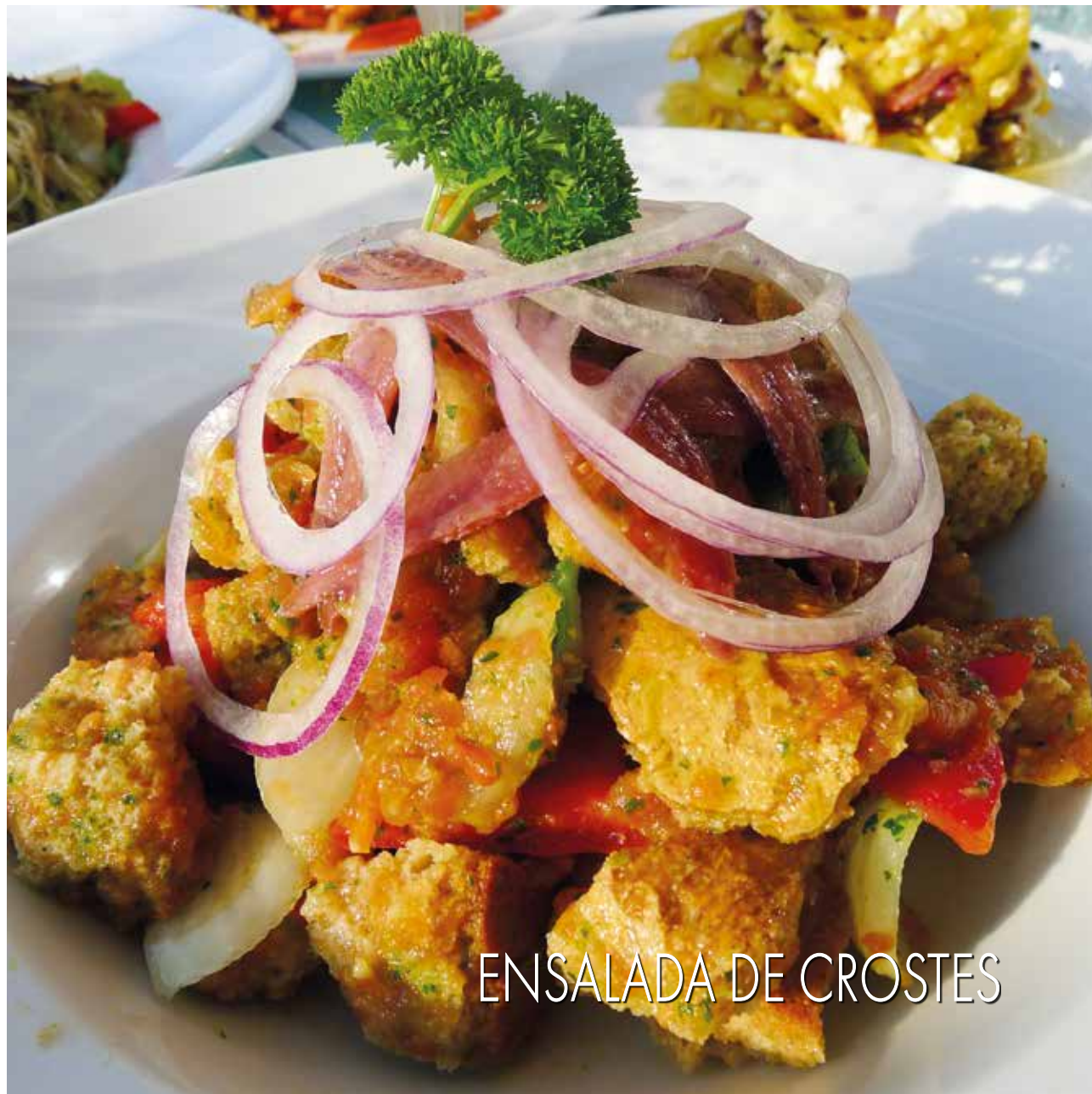
- Pebreres vermelles torrades
- Oli d'oliva
- All
- Sal
- Olives negres

ELABORACIÓ

Amassau la farina amb l'aigua, l'oli, el llevat i un pessic de sal fins a aconseguir una massa homogènia. Untau una safata de forn amb oli i empolsau-la amb farina. Estirau la pasta amb un rodet i esteneu-la sobre la safata.

Tot seguit, posau-hi damunt les pebreres torrades, l'all picat i les olives, ruixau-ho amb oli i salau-ho. Finalment, introduïu la safata al forn prèviament escalfat i deixau-ho coure durant mitja hora a 250°.





ENSALADA DE CROSTES

ENSALADA DE CROSTES

Antigament, totes les cases d'Eivissa tenien un forn de llenya tradicional, en el qual s'elaborava pa com a mínim una vegada a la setmana. Amb la mateixa massa, es preparaven unes barres allargades, sobre les quals es dibuixaven talls per després esmicolar-les. Es deixaven fornejar fins a l'endemà, quan el forn ja perdia tota la calor acumulada. D'aquesta manera, les barres, les porcions de les quals reben el nom de crostes, quedaven recuïtes i dures. Amb aquest ingredient s'elabora una de les ensalades més típiques d'Eivissa, feta amb aquest pa torrat i esmicolat, tomata i all. Tot i que a continuació es presenta la recepta bàsica, s'hi poden incorporar altres ingredients, com olives, pebreres, ceba, peix sec...

NIVELL DE DIFICULTAT: FÀCIL

INGREDIENTS

PER A 4 PERSONES:

- 1 kg de crostes
- 3 tomates
- 3 grans d'all
- Oli d'oliva
- Sal

ELABORACIÓ

Ruixau lleugerament les crostes amb aigua, tenint cura que el pa no quedi massa humit, i posau-les en una enciamera. Afegiu-hi les tomates trossejades i els alls pelats i picats. Trempau-ho amb oli d'oliva i sal.



ENSALADA PAGESA

ENSALADA PAGESA

Un dels plats més senzills i saborosos de la gastronomia eivissenca, ideal per gaudir-lo sol, acompanyat d'una carn a la brasa, unes sardines... L'ingredient estrella de l'ensalada pagesa és la patata eivissenca, molt saborosa, juntament amb ous pagesos i diversos vegetals. Es pot trobar a la major part dels restaurants de cuina tradicional.

NIVELL DE DIFICULTAT: FÀCIL

INGREDIENTS

PER A 4 PERSONES:

- 8 patates
- 2 tomates
- 2 pebreres vermelles
- 2 ous bullits
- 2 grans d'all
- 1 ceba
- Oli d'oliva
- Sal

ELABORACIÓ

Bulliu les patates en aigua abundant durant aproximadament vint-i-cinc minuts; tot seguit, pelau-les, tallau-les a daus i deixau-les refredar. A continuació, col·locau-les en una enciamera i afegiu-hi els ous esbocinats, amb un raget d'oli, perquè quedi ben mesclat. Tot seguit, incorporau-hi la tomata, la ceba i les pebreres també trossegades. Trempau-ho tot amb més oli d'oliva i sal. Servir a temperatura ambient.





BULLIT DE PEIX AMB ARRÒS A BANDA

BULLIT DE PEIX AMB ARRÒS A BANDA

El bullit de peix és, en aquests moments, el plat estrella de la cuina marinera d'Eivissa, i se'n pot gaudir a la major part dels restaurants. S'elabora amb els peixos de tall més saborosos que es poden trobar a la costa d'Eivissa, com l'anfós, el déntol, el pagre, la roja, el gall... S'hi poden incorporar patates, si es vol, i determinades verdures. A molts restaurants preparen al moment una salsa d'allioli que, temperada amb brou, s'aboca diverses vegades per damunt del peix just abans de servir-lo. Com a segon plat, amb el brou es prepara un arròs a banda amb una mica de sépia, que també es pot condimentar amb allioli suavitzat amb brou.

NIVELL DE DIFICULTAT: DIFÍCIL

INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

PER AL BULLIT DE PEIX:

- 1,2 kg de peix de roca (roja, anfós...)
- 8 patates mitjanes
- 1 ceba
- 1 tomata
- 1 pebrera verda
- 4 grans d'all
- 150 g de mongeta tendra
- 2 carxofes
- Juvert
- Oli
- Safrà
- Sal
- Pebre

PER A L'ARRÒS A BANDA:

- 500 g d'arròs
- 1 tomata
- 2 grans d'all
- 1 pebrera
- 1 sépia
- Oli

ELABORACIÓ

PER AL BULLIT DE PEIX:

En una olla amb aigua, incorporeu-hi les patates, la mongeta, les carxofes, una tomata, una pebrera, els grans d'all, el juvert, un raget d'oli d'oliva i sal. Deixau-ho bullir cinc minuts i afegiu-hi el peix. Quan hagi bullit durant quinze minuts serviu el peix i les verdures en una safata. Reservau el brou per a l'arròs a banda.

PER A L'ARRÒS A BANDA:

En una paella, sofregiu la sépia juntament amb la tomata, la pebrera i els grans d'all. Tot seguit, sofregiu l'arròs i incorporeu-hi el brou. Deixau-ho a foc fort durant quinze minuts.



GUISAT DE PEIX

El guisat de peix, una altra recepta típica de pescadors, s'elabora avui als restaurants amb les varietats de peix de roca més prevades, com ara l'anfós, la roja, el gall de Sant Pere... També, els pescadors el cuinaven amb peix de roca més petit i amb menys valor de mercat i de sortida, com les morenes, els serrans, les mòlles... Es guisa amb patates, que adquireixen tot el sabor del peix, la qual cosa sempre genera la mateixa pregunta entre els comensals: Està més bo el peix o les patates?

NIVELL DE DIFICULTAT: DIFÍCIL

INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

- 1,5 kg de peix de roca
- 8 patates mitjanes
- 1 ceba
- 2 tomates madures
- 1 pebrera verda
- 150 g de mongeta tendra
- 4 grans d'all
- 75 g d'ametlles torrades
- 1 llesca de pa fregit
- 1 nyora
- Juvert
- Oli
- Safrà
- Sal

ELABORACIÓ

Daurar la tomata i la pebrera trossejades i la ceba picada amb una mica d'oli. Incorporau-hi les patates i les mongetes i ofegau-les en el sofregit. Tot seguit, afegiu-hi l'aigua i deixau-ho bullir cinc minuts. Després, incorporau-hi el peix i deixau-ho coure durant uns quinze minuts.

Mentre bull, preparau la picada: fregiu les ametlles, la llesca de pa i la nyora i reservau-ho en el morter. Afegiu-hi el juvert, els grans d'all i els brins de safrà.

Incorporau la pasta homogènia resultant a l'olla uns minuts abans de finalitzar el temps de cocció.





BORRIDA DE RAJADA

Un altre plat antic de la cuina marinera d'Eivissa que utilitza l'ametlla com a espècia, tal com ja s'utilitzava a l'Edat Mitjana, per condimentar aquest guisat de rajada i patata. No sempre es troba als restaurants de cuina marinera de la vora del mar, però sí que es pot degustar en determinats establiments tradicionals de l'interior de l'illa i a Eivissa ciutat.

NIVELL DE DIFICULTAT: MITJÀ

INGREDIENTS

PER A 4 PERSONES:

- 1,5 kg de rajada
- 8 patates mitjanes
- 2 ous durs
- 4 grans d'all
- Oli
- Juvert
- Ametlles torrades
- Sal
- Pebre

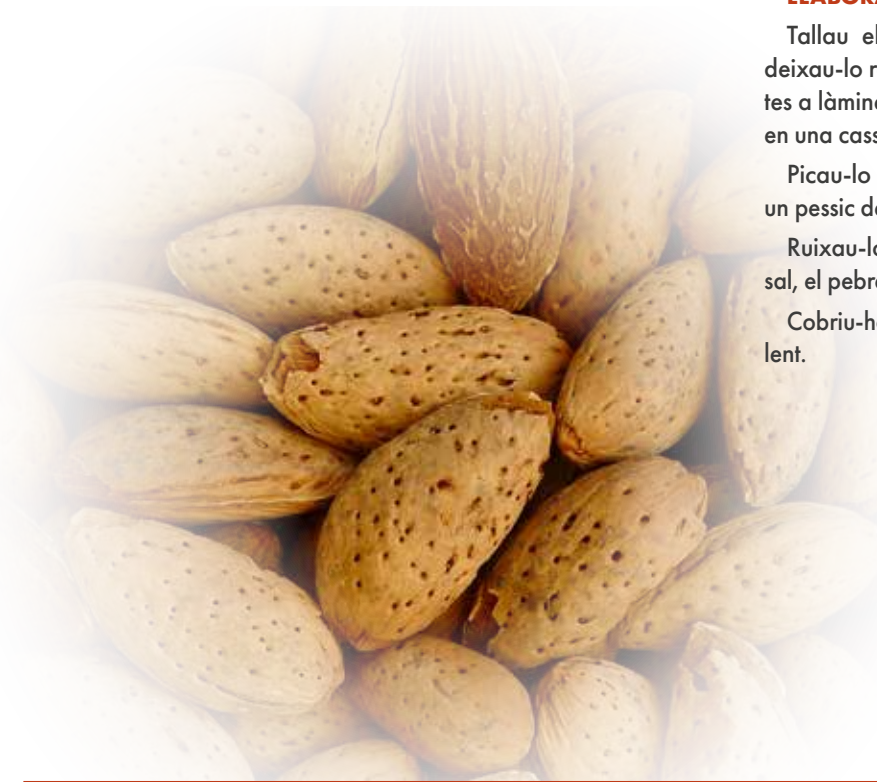
ELABORACIÓ

Tallau el peix a rodanxes grosses, salau-lo i deixau-lo reposar una hora. Pelau i tallau les patates a làmines. Posar capes alternes de patata i peix en una cassola.

Picau-lo els ous durs, l'all, el juvert, les ametlles i un pessic de sal.

Ruixau-lo amb un raquet d'oli i amaniu-ho amb la sal, el pebre i la picada.

Cobriu-ho amb aigua i deixau-ho coure a foc molt lent.





ARRÒS A LA MARINERA

ARRÒS A LA MARINERA

NIVELL DE DIFICULTAT: DIFÍCIL

INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

PER AL BROU:

- 1 kg de peix de roca
- 1 tomata
- 1 ceba petita
- 1 pebrera verda

- Safrà
- Oli
- Sal

PER A L'ARRÒS:

- 500 g d'arròs
- 1 sépia
- 10 gambes
- 12 musclos
- 16 cloïsses
- 4 potes de cranc
- Peix de roca o rap (opcional)
- 2 grans d'all
- 1 nyora
- 1 pebrera verda
- 1 tomàquet
- Oli
- Sal

ELABORACIÓ

Bullir amb aigua abundant durant quinze minuts el tomàquet, la ceba, la pebrera i el safrà. Incorporar el peix de roca i deixar coure durant uns quinze minuts més.

En una cassola, posar oli d'oliva, sofregir les gambes i reservar-les. Tot seguit, amb el mateix oli, sofregir la sípia fins que quedi daurada; després, incorporar el tomàquet, la pebrera i un gra d'all.

Afegir el brou i deixar bullir uns deu minuts. Incorporar, a continuació, l'arròs, les potes de cranc, les ametlles i els musclos i deixar coure durant quinze minuts.

Mentrestant, fregir la nyora i picar en el morter, juntament amb el julivert, un gra d'all i els brins de safrà. Afegir la picada quan faltin cinc minuts perquè s'acabi la cocció de l'arròs.





FRITA DE POLP

FRITA DE POLP

És freqüent veure els eivissencs baixar al bar a esmorzar una broqueta de truita o una tapa de frita de polp. Aquesta última recepta, típica dels pescadors, és tan saborosa que es continua elaborant a moltes llars, i nombrosos restaurants l'han acabat incorporant a la carta com a plat principal.

NIVELL DE DIFICULTAT: MITJÀ

INGREDIENTS

- 1,5 kg de polp
- 5 patates
- 3 cebes
- 1 pebrera vermella
- 2 pebrera verdes
- 1 cabeça d'all
- Oli d'oliva
- Sal
- Pebre

ELABORACIÓ

Bulliu el polp amb aigua abundant durant aproximadament una hora. Posau oli en una paella i sofre-gir la ceba picada. Quan estigui daurada, afegir les pebreres a trossos i els grans d'all sense pelar.

Mentrestant, tallar el polp a trossos i afegir-lo a la cassola. Barrejar tots els ingredients i salpebrar. Afegir les patates trossejades i prèviament fregides i barrejar-ho tot de nou. Deixar coure uns minuts més a foc lent.





CALAMARS FARCITS

Una de les receptes de mar i muntanya més espectaculars de la cuina eivissenca són els calamars farcits. És un plat d'hivern, típic de l'època de matances, que combina un dels productes de més qualitat que ofereix la costa pitüsa amb l'embotit més típic.

NIVELL DE DIFICULTAT: MITJÀ

INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

- 1 o 2 calamars per persona, segons la mida
- Picada d'all i juvert
- Sobrassada
- 1 got de brandi
- Oli
- Sal

ELABORACIÓ

Netejau els calamars i tregueu-ne les potes. Picau-les, condimentau-les i trempau-les amb una cullerada de picada d'all i juvert. Incorporau-hi un tros de sobrassada esmicolada, de forma que cap dels dos ingredients destaquí en quantitat sobre l'altre. Una vegada ben mesclat, farciu els calamars amb aquesta massa i tancau l'extrem amb un escuradents rodó.

Tot seguit, posau un raget d'oli d'oliva en una cassola, incorporau-hi els calamars i afegiu-hi un got de brandi. Deixau que es vagin fent a foc molt lent, durant uns quaranta-cinc minuts. Se solen servir acompanyats de patates i pebreres frites o amb arròs bullit.





ARRÒS DE MATANCES

ARRÒS DE MATANCES

L'arròs de matances és un dels plats més característics, saborosos i contundents de la gastronomia eivissenca. Tot i que actualment hi ha alguns restaurants que el serveixen sovint, a les cases pageses només es cuina un dia durant tot l'any: la jornada de la matança del porc, que normalment es produeix durant el mes de desembre. Combina la carn fresca de l'animal sacrificat, pebrassos acabats de collir i pollastres de corral, entre d'altres ingredients. Hi ha moltes receptes. A les cases dels pescadors, per exemple, s'utilitzava com a base un brou de peix i a moltes zones de l'illa es condimenta amb canyella.

NIVELL DE DIFICULTAT: DIFÍCIL

INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

- ½ kg de gallina
- ½ kg de pollastre
- 1 fetge de pollastre
- 200 g de costelles de porc
- 100 g de filet de porc
- 100 g de llom de porc
- Sobrassada
- 4 tasses petites d'arròs
- 200 g de pebrassos
- 1 tomata
- 1 pebrera vermella
- 2 grans d'all
- Juvert
- 1 nyora
- Safrà
- Oli d'oliva
- Sal
- Pebre
- Canyella

ELABORACIÓ

Bulliu amb aigua abundant la gallina durant quaranta-cinc minuts per elaborar un caldo. Fregir en una cassola la carn (pollastre, costelles, llom i filet a trossos) i, una vegada sofregida, afegiu-hi la tomata, la pebrera, un all picat i els pebrassos. Incorporau-hi el caldo calent colat i deixau-ho bullir tot durant quinze minuts.

Mentre bull el caldo amb la carn, fregiu els ingredients per a la picada: la nyora i el fetge de pollastre. Afegiu-hi els grans d'all, el julivert i els brins de safrà fins que s'obtingui una pasta homogènia.

Afegir l'arròs a la cassola. Tot seguit, incorporar la sobrassada i la picada. Salpebrau-ho i posau-hi un pessic de canyella en pols. Cuinau-ho a foc fort durant quinze minuts.





FRITA DE PORC

FRITA DE PORC

Igual que l'arròs de matances, és una de les elaboracions estrella del dia de la matança del porc i, excepte als restaurants, se segueix elaborant només per a aquest dia. Constitueix una de les receptes més calòriques i contundents de la gastronomia civissenca i es guisa amb carn fresca i xulla de l'animal que s'acaba de sacrificar. Se serveix en safates al mig de la taula i els comensals van picant directament. En algunes zones de l'illa, s'acompanya amb una ensalada de col crua picada molt fina i condimentada amb oli, vinagre i all.

NIVELL DE DIFICULTAT: MITJÀ

INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

- 500 g de llom de porc
- 200 g de fetge de porc
- 300 g de costelles de porc
- 150 g de xulla magrosa
- 1 kg de patates
- 2 pebreres verdes
- 2 pebreres vermelles
- 2 cabeces d'all
- Oli d'oliva
- Sal
- Pebre

ELABORACIÓ

Escalfau oli en una paella. Tallau les patates a trosos, fregiu-les i reservau-les. Fregiu les pebreres i els alls i reservau-los també.

Salpebrau la carn i fregiu-ne per separat la de cada animal. Mesclau tots els ingredients.





SOFRIT PAGÈS

SOFRIT PAGÈS

El sofrit pagès és, per excel·lència, el plat que es cuina a Eivissa quan s'ha de celebrar alguna cosa. No faltava mai a les cases pageses el dia de Nadal i el de la festa del patró. També se servia a les bodes d'abans, precedit per una paella mixta o de peix i marisc com a primer plat. Mescla diversos tipus de carns amb patates i les dues varietats més típiques d'embotit de l'illa: la sobrassada i el botifarró. En alguns pobles de l'illa també hi afegeixen verdures, com mongetes o carxofes. La recepta que es presenta tot seguit utilitza pollastre, porc i anyell, però també es pot elaborar amb conill i cabrit. Com a mínim ha d'incorporar dos tipus de carns diferents (pollastre i anyell o cabrit) i els embotits.

NIVELL DE DIFICULTAT: DIFÍCIL

INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

- 1 pollastre
- 250 g de carn de porc
- 250 g de carn d'anyell
- 4 trossos de sobrassada
- 4 trossos de botifarró
- ½ kg de patatò
- 1 cabeça d'all
- Juvert
- Oli d'oliva
- Sal
- Pebre
- Pebrera vermella

ELABORACIÓ

Tallau a trossos les carns d'anyell i de porc i bulliu-les amb aigua abundant. Incorporau-hi el pollastre trossejat al cap d'un quart d'hora i bulliu-ho vint minuts més. Sofregiu en una cassola els alls, la sobrassada i el botifarró. Treure els embotits i afegir el julivert picat i la carn bullida. Salpebrar, empolsar amb el pebre vermell i barrejar bé.

Cobrir amb el brou obtingut abans i deixar coure durant un quart d'hora a foc lent. Mentrestant, pelar i fregir les patates. Afegiu-les juntament amb els embotits sofregits a la cassola de la carn. Deixar coure deu minuts més a foc lent remenant de tant en tant perquè no s'enganxi.





BUNYOLS

Els bunyols, com les orelletes, acompanyen totes les festes típiques que se celebren a Eivissa. Són unes postres tradicionals que es reparteixen en safates per la plaça el dia del patró del poble i també a les cases particulars. També es cuinen la vigília de la jornada de la matança del porc. Tôt i que s'elaboren amb farina i patata com a ingredients principals, es pot substituir el tubercle per carbassa o poma i fins i tot mesclar-ho tot. Tenen una textura molla i són fàcils de preparar, tot i que requereixen precisió en la mesura dels ingredients.

NIVELL DE DIFICULTAT: MITJANA

INGREDIENTS

PER A UNA SAFATA DE BUNYOLS:

- 1 kg de farina
- 1/2 kg de patates (o carbassa o pomes)
- 2 llimones
- 1 cullerada de llavors d'anís
- 2 sobres de llevat
- 1 gotet d'anís
- 2 ous
- Suc de taronja
- Suc de llimó
- Sucre
- Oli de gira-sol

ELABORACIÓ

Bulliu la patata, pelau-la i aixafau-la bé amb una forquilla. Ratllau la pell dels llimons. Posau en un bol la farina, les patates aixafades, la pell de llimó, les llavors d'anís, el llevat, l'anís i els ous sense batre i remenau-ho bé. Incorporar lentament el suc de llimó i taronja fins que la massa adquireixi una textura lleugerament espessa, però prou líquida com perquè s'escorri entre els dits.

Tot seguit, fregiu els bunyols amb una quantitat important d'oli de gira-sol. Per fer-ho, s'utilitzen bunyoleres, motlles de metall amb mànec que s'escalfen amb el mateix oli abans de començar. Al cap d'una estona, la massa es desenganxa de la bunyolera i queda surant. Cal anar donant-li la volta perquè es faci bé pels dos costats. Finalment, es deixen refredar i s'empolsimen amb sucre just abans de servir-se.





GREIXONERA

La greixonera, un altre dolç típic tradicional molt present a les cases eivissenques i als restaurants, és una recepta d'aprofitament que antigament permetia reutilitzar el pa dur. Actualment, tanmateix, s'elabora amb ensaïmades, que li aporten suculència. Té una textura molt semblant a la del púding, i el truc del plat radica en la cocció, que mai no ha de ser excessiva. Ha de tenir prov consistència, però desfer-se a la boca.

NIVELL DE DIFICULTAT: FÀCIL

INGREDIENTS

- 4 ensaïmades
- 6 ous
- 1 litre de llet
- 400 g de sucre
- Canyella en pols
- Canonets de canyella
- Pell de llimó

ELABORACIÓ

Bulliu la llet amb la pell del llimó i la canyella en canonet i deixau-ho refredar. Esmicolau les ensaïmades, afegiu-hi els ous, el sucre i la canyella en pols i bateu-ho tot. Incorporau-hi la llet i remenar bé. Abocar la mescla resultant en un motlle prèviament greixat i fornejar durant aproximadament 45 minuts, tot i que convé anar comprovant-ne la cocció.





ORELLETES

ORELLETES

El plat festiu per excel·lència, juntament amb els tradicionals bunyols, a totes les festes assenyalades. Les parròquies les reparteixen a la sortida de missa el dia del patró del poble i s'elaboren la vigília. Des de sempre, aquestes pastes de farina empolsades de sucre tenen forma d'orella. D'aquí els ve el nom: orelletes.

NIVELL DE DIFICULTAT: DIFÍCIL

INGREDIENTS

- 1 kg de farina
- 5 ous
- 400 g de sucre
- 50 g de greix
- 1 sobre de llevat
- 1 cullerada d'anís
- Ratlladura de llimó
- Vainilla en pols

ELABORACIÓ

Batre els ous amb el sucre, l'anís i la ratlladura de llimó i afegiu-hi el llevat i la farina fins a obtenir una massa consistent. Dividiu la massa en porcions petites i aplanau-les en forma d'orella. Els heu de fer uns talls a la zona central i fregir-les en una paella amb oli a foc fort. Deixau-les refredar i empolsimau-les amb sucre.





FLAÓ

FLAÓ

La Setmana Santa eivissenca acabava sempre amb aquestes postres, que es cuinaven exclusivament per al Divendge de Pasqua. És el dolç més representatiu i exòtic de la rebosteria insular, per la seva combinació de dolçor i frescor, i avui se'n gaudeix durant tot l'any. Es pot trobar tant a pastisseries com a restaurants.

NIVELL DE DIFICULTAT: DIFÍCIL

INGREDIENTS

PER A LA BASE:

- 500 g de farina
- 1 cullerada de greix
- 3 ous
- 200 g de sucre
- 1 cullerada de llevat
- 2 cullerades d'anís

PER AL FARCIT:

- 500 g de formatge fresc de cabra
- 4 ous
- 375 g de sucre
- 10 fulles d'herba sana

ELABORACIÓ

Per preparar la base, bateu els ous i el sucre i incorporeu-hi la resta d'ingredients. Amassau-ho tot, deixau-ho reposar quinze minuts i esteneu la massa sobre un motlle prèviament greixat i empolsat amb farina perquè no s'enganxi.

Batre la resta dels ous i el sucre per preparar el farcit i afegir el formatge prèviament triturat. Mesclau-ho fins a aconseguir un compost homogeni. Afegeu-hi sis fulles d'herba sana trossegades. Abocau la mescla al motlle, posau quatre fulles d'herba sana com a decoració a la superfície de la massa i forneja-ho durant uns trenta-cinc minuts a 180°. Finalment, deixau-ho refredar i empolsau-ho amb sucre.





CAFÉ CALETA

El cafè caleta és una espècie de *queimada* eivissenca, però amb cafè, rom i brandi com a ingredients principals. Va ser inventada fa un segle per un pescador originari de la costa de sa Caleta i la recepta es va acabar fent tan popular que moltes cases de l'illa l'elaboraven el dia de la matança del porc i altres festes assenyalades. Avui es pren com a colofó d'un àpat abundant a molts restaurants.

CAFÈ CALETA

NIVELL DE DIFICULTAT: FÀCIL

INGREDIENTS

- 400 g de cafè molt
- ½ litre d'aigua
- 1 ampolla de brandi
- 1 ampolla de rom
- Pell d'1 taronja
- Canyella en branca
- 250 g de sucre
- Grans de cafè
- Pell d'1 llimona

ELABORACIÓ

Posau aigua a bullir, afegiu-hi el cafè molt i apagueu-ho. Caramel·litzeu el sucre en una olla i afegir el brandi i el rom. Quan bulli, incorporeu-hi les pells de llimó i de taronja, els grans de cafè i els canonets de canyella.

Cremau-ho fins que la flama es torni blava, sempre sense parar de remenar. Afegiu-hi el cafè i serviu-ho molt calent.



HERBES EIVISSENQUES

HERBES EIVISSENQUES

Algú ha descrit les herbes eivissenques com el bosc de l'illa en un licor. És el digestiu més típic de les illes Pitiüses i ja des del segle XIX fins i tot es comercialitza. A moltes cases pageses se segueix elaborant de forma artesanal, amb anís com a base, tot i que les marques que l'envasen per distribuir-lo i exportar-lo destil·len directament els botànics. La recepta artesanal que s'indica tot seguit varia a cada casa, on hi ha una recepta pròpia que va passant de generació en generació.

NIVELL DE DIFICULTAT: FÀCIL

INGREDIENTS

- Anís dolç (3/4)
- Anís sec (1/4)
- Frígola
- Romaní
- Herba sana
- Menta
- Herballuïsa
- Ginebre
- Sàlvia
- Fonoll silvestre
- Camamilla
- Llorer
- Lavanda
- Ruda
- Sempre viva groga
- Timó mascle
- Pell de taronja
- 1 fulla de taronger
- Pell de llimó
- 1 fulla de llimoner

ELABORACIÓ

Introduïu una branqueta de cadascuna de les herbes a cada ampolla i, en el cas de la pell de llimó i de taronja, l'equivalent a un grilló. Ajudau-vos amb una branqueta per facilitar la tasca. Ompliu les ampolles amb els dos tipus d'anís prèviament mesclats. Deixau-les en una habitació fosca durant el màxim temps possible (mínim sis mesos, aproximadament).



CALENDARI GASTRONÒMIC

PATRIMONI GASTRONÒMIC · CONCURS MUNDIAL
D'ARRÒS DE MATANCES PER EQUIPS · PINTXA SANT
ANTONI · FIRA DES GERRET D'EIVISSA · FESTIVAL
GASTRONÒMIC DE SA SÈPIA · JORNADES DE GAS-
TRONOMIA DE PRIMAVERA IBIZASABOR · FIRA DE LA
LLAGOSTA, LA GAMBA I EL PEIX D'EIVISSA · CON-
CURSO DE ARROZ A LA MARINERA · VIU LA POSI-
DÒNIA · FIRA DEL MOLL I PEIXOS DE TARDOR · JOR-
NADES DE GASTRONOMIA DE OTOÑO IBIZASABOR.
· TAPAVI · FIRA DE LA SAL · CONCURS DE PAELLES
DE ES CUBELLS · FESTA DE S'OLI' · 'RESTAURA'T' · CA-
ÑAS'N'ROLL · FIRA GASTRONÒMICA SABORS DEL
CAMP I DE LA MAR · JORNADE GASTRONÒMICA DEL
PORC · FESTA DES VI PAGÈS DE SANT MATEU · ALLIO-
LIS FESTIVAL · FIRA DES POLP



Gener

• **Patrimoni Gastronòmic.** De gener a març se celebren aquestes jornades gastronòmiques, amb menús temàtics vinculats a ciutats que són Patrimoni de la Humanitat, a diversos restaurants de la capital eivissenca. Aquestes degustacions s'ofereixen a preus populars. Organitza l'Ajuntament d'Eivissa i la PIMEEF. Més informació: www.patrimonigastronomic.com.

• **Concurs Mundial d'Arròs de Matances per Equips.** Mig centenar d'equips competeixen per elaborar el millor plat d'arròs de matances, al bell mig del centre urbà de Sant Antoni de Portmany. També es prepara un arròs multitudinari que el públic pot gaudir i hi ha actuacions musicals i molt bon ambient. Organitza l'Ajuntament de Sant Antoni de Portmany. Més informació: www.santantoni.net.

Febrer

• **Patrimoni Gastronòmic.** De gener a març se celebren aquestes jornades gastronòmiques, amb menús temàtics vinculats a ciutats que són Patrimoni de la Humanitat, a diversos restaurants de la capital eivissenca. Aquestes degustacions s'ofereixen a preus populars. Organitza l'Ajuntament d'Eivissa, amb la col·laboració del Consell Insular d'Eivissa i la PIMEEF. Més informació: www.patrimonigastronomic.com.

• **Pintxa Sant Antoni.** Cada dijous, des de final de febrer fins a la darrera de març, se celebra a Sant Antoni de Portmany aquest festival de pintxos i tapes, en què participen més d'una vintena de restaurants i bars. Hi ha una ruta per gaudir la degustació,

enllaçada per un minitrè gratuït. Organitza l'Ajuntament de Sant Antoni de Portmany. Més informació: www.pintxasantantoni.com.

Març

• **Patrimoni Gastronòmic.** De gener a març se celebren aquestes jornades gastronòmiques, amb menús temàtics vinculats a ciutats que són Patrimoni de la Humanitat, a diversos restaurants de la capital eivissenca. Aquestes degustacions s'ofereixen a preus populars. Organitza l'Ajuntament d'Eivissa, amb la col·laboració del Consell Insular d'Eivissa i la PIMEEF. Més informació: www.patrimonigastronomic.com.

• **Pintxa Sant Antoni.** Cada dijous, des de final de febrer fins a la darrera de març, se celebra a Sant Antoni de Portmany aquest festival de broquetes i tapes, en què participen més d'una vintena de restaurants i bars. Hi ha una ruta per gaudir la degustació, enllaçada per un minitrè gratuït. Organitza l'Ajuntament de Sant Antoni de Portmany. Més informació: www.pintxasantantoni.com.

• **Fira des Gerret d'Eivissa.** El gerret, un peix petit i saborós que es captura de manera artesanal, és el protagonista d'aquesta fira, que té lloc al centre de Santa Eulària des Riu. Hi ha degustació gastronòmica de plats elaborats amb gerret a càrrec de restaurants de l'illa, actuacions musicals, mercat mariner i artesà, exposició d'olis i vins de la terra, mostra de fotografia... Organitza Peix Nostrum, amb la col·laboració de l'Ajuntament de Santa Eulària des Riu i el Consell Insular d'Eivissa. Més informació: www.peixnostrum.com.



• **Festival Gastronòmic de sa Sèpia.** El poble de Sant Joan de Labritja és l'escenari d'una altra fira multitudinària, amb la sépia com a protagonista. Hi ha concurs de plats amb sépia, i els assistents poden gaudir de milers de racions a preus populars. També hi ha un mercat ambulant d'artesans i concerts. Organitza Peix Nostrum, amb la col·laboració de l'Ajuntament de Sant Joan de Labritja i el Consell Insular d'Eivissa.

Abril

• **Jornades de Gastronomia de Primavera IbizaSabor.** Mig centenar de restaurants de tota l'illa participen en aquestes jornades, que comencen a l'abril i es prolonguen fins a finals de maig. Ofereixen menús degustació amb plats i productes de l'illa, a preus populars, així com una selecció de tapes. També se celebren activitats paral·leles, com el Fòrum Professional de Gastronomia de la Mediterrània, en què cuiners locals i alguns dels xefs més prestigiosos del país cuinen davant del públic, així com tallers de cuina tradicional, tastos de productes o visites a cellers. Organitzen el Consell Insular d'Eivissa i la PIMEEF. Més informació: www.ibizasabor.es

• **Fira de la Llagosta, la Gamba i el Peix d'Eivissa.** Aquesta fira té lloc al passeig Marítim de Sant Antoni de Portmany i hi participen nombrosos restaurants i pescadors de l'illa, que ofereixen degustació de tapes a preus populars. També s'elaboren arrossos de llagosta i marisc, així com showcooking, excursions en barca i actuacions musicals. Organitza Peix Nostrum, amb la col·laboració de l'Ajuntament de Sant Antoni i el Consell Insular d'Eivissa. Més informació: www.peixnostrum.com

• **Concurs d'Arròs a la Marinera.** La plaça des Martell, al port d'Eivissa, és l'escenari d'aquest tradicional concurs d'elaboració d'arròs a la marinera, un dels plats populars que antigament guisaven els mariners, en què qualsevol pot competir. També hi ha tallers de cuina i exposicions. Organitzen Peix Nostrum i l'Ajuntament d'Eivissa. Més informació: www.peixnostrum.com

Maig

• **Jornades de Gastronomia de Primavera IbizaSabor.** Durant el mes de maig continuen aquestes jornades, que arranquen a l'abril i en què participen mig centenar de restaurants de tota l'illa. Ofereixen menús degustació amb plats productes de l'illa, a preus populars, així com una selecció de tapes. També se celebren activitats paral·leles, com el Fòrum Professional de Gastronomia de la Mediterrània, en què cuiners locals i alguns dels xefs més prestigiosos del país cuinen davant del públic, així com tallers de cuina tradicional, tastos de productes o visites a bodegues. Organitzen el Consell Insular d'Eivissa i la PIMEEF. Més informació: www.ibizasabor.es

Juliol

• **Viu la Posidònia.** Durant tot l'estiu se celebren aquestes jornades gastronòmiques i culturals a la ciutat d'Eivissa. Hi participen prop de vint restaurants, que cada dissabte ofereixen un menú degustació inspirat en la posidònia i el seu ecosistema. També s'organitzen visites educatives i gratuïtes a la posidònia en caiac, així com exposicions artístiques i altres activitats. Organitza l'Ajuntament d'Eivissa. Més informació: www.turismo.eivissa.es



Agost

• **Viu la Posidònia.** Durant tot l'estiu se celebren aquestes jornades gastronòmiques i culturals a Eivissa ciutat. Hi participen prop de vint restaurants, que cada dissabte ofereixen un menú degustació inspirat en la posidònia i el seu ecosistema. També s'organitzen visites educatives i gratuïtes a la posidònia en caiac, així com exposicions artístiques i altres activitats. Organitza l'Ajuntament d'Eivissa. Més informació: www.turismo.eivissa.es

Setembre

• **Viu la Posidònia.** Durant tot l'estiu se celebren aquestes jornades gastronòmiques i culturals a la ciutat d'Eivissa. Hi participen prop de vint restaurants, que cada dissabte ofereixen un menú degustació inspirat en la posidònia i el seu ecosistema. També s'organitzen visites educatives i gratuïtes a la posidònia en caiac, així com exposicions artístiques i altres activitats. Organitza l'Ajuntament d'Eivissa. Més informació: www.turismo.eivissa.es

• **Fira del Moll i Peixos de Tardor.** En aquesta fira, que té lloc a la plaça des Martell del port d'Eivissa, hi participen nombrosos restaurants. Ofereixen tapes de moll i altres espècies que es capturen en aquesta època a preus populars. També hi ha actuacions musicals i tallers infantils i mediambientals. Organitzen Peix Nostrum i l'Ajuntament d'Eivissa, amb la col·laboració del port d'Eivissa. Més informació: www.peixnostrum.com

Octubre

• **Jornades de Gastronomia de Tardor IbizaSabor.** Mig centenar de restaurants de tota l'illa participen en aquestes jornades, que comencen a l'octubre i es prolonguen fins a final de novembre. Ofereixen menús degustació amb plats i productes de l'illa a preus populars, així com una selecció de tapes. També s'organitzen activitats paral·leles, com tallers de cuina tradicional, tastos de productes o visites a cellers i trulls. Organitzen el Consell Insular d'Eivissa i la PIMEEF. Més informació: www.ibizasabor.es

• **Fira des Calamar.** La localitat de Sant Carles de Peralta acull aquesta jornada popular, en què nombrosos equips competeixen per cuinar el millor plat amb calamar. Es preparen milers de racions, que el públic pot gaudir. A més, hi ha concerts i molt bon ambient. Organitza Peix Nostrum, amb la col·laboració de l'Ajuntament de Santa Eulària des Riu i el Consell Insular d'Eivissa. Més informació: www.peixnostrum.com

• **Restaura't.** Certamen gastronòmic que se celebra des de mitjan octubre fins a principi de desembre, en què participen nombrosos restaurants del municipi de Sant Antoni de Portmany. Ofereixen menús degustació a preus populars, que a més són avaluats per un jurat que tria els millors. Els comensals, així mateix, tenen descomptes als comerços d'aquesta localitat. Organitza l'Ajuntament de Sant Antoni de Portmany. Més informació: www.restaurat.es



• **Tapaví.** Nombrosos bars i restaurants del centre de Santa Eulària des Riu participen durant un cap de setmana en aquest festival gastromusical. Hi ha una selecció de tapes i concerts per tot el poble. Organitza l'Ajuntament de Santa Eulària des Riu. Més informació: www.santaeulalia.net

• **Fira de la Sal.** Un cap de setmana de final d'octubre es ret homenatge a la sal, la indústria més important de l'illa fins que va arribar el turisme. Al Parc Natural de ses Salines i a Sant Jordi s'organitzen degustacions gastronòmiques, menús especials a diversos restaurants, tallers de cuina, *showcooking*, activitats infantils, senderisme, observació d'aus, exposicions, conferències, concerts... Organitzen l'Ajuntament de Sant Josep de sa Talaia, el Govern de les Illes Balears i el Consell Insular d'Eivissa. Més informació: www.santjosep.org

• **Concurs de paelles des Cubells.** Coincidint amb les festes de Santa Teresa, s'organitza aquest concurs de paelles, en què participen més de vint equips i centenars de comensals. Organitzen l'Associació de Veïns des Cubells i l'Ajuntament de Sant Josep de sa Talaia. Més informació: www.santjosep.org

Novembre

• **Jornades de Gastronomia de Tardor Ibiza Sabor.** Durant tot el mes de novembre continua aquest festival gastronòmic, que arranca a l'octubre i en què participen mig centenar de restaurants de tota l'illa. Ofereixen menús degustació amb plats i productes de l'illa, a preus populars, així com una selecció de tapes. També s'organitzen activitats paral·leles, com tallers de cuina tradicional o visites a cellers i trulls. Organitzen el Consell Insular d'Eivissa i la PIMEEF. Més informació: www.ibizasabor.es

• **Festa de s'Oli.** L'antic trull de Can Pep de sa Plana, a Forada, acull aquesta festa popular en què les persones assistents poden contemplar com s'elabora l'oli d'oliva de manera tradicional. A més, hi ha degustació gastronòmica, ball pagès, jocs populars, artesanía... Organitza la família de Can Pep de sa Plana, en col·laboració amb l'Ajuntament de Sant Antoni de Portmany i el Consell Insular d'Eivissa. Més informació: www.santantoni.net

• **Restaura't.** Certamen gastronòmic que se celebra des de mitjan octubre fins a principis de desembre, en què participen nombrosos restaurants del municipi de Sant Antoni de Portmany. Ofereixen menús degustació a preus populars, que a més són avaluats per un jurat que tria els millors. Els comensals, així mateix, tenen descomptes als comerços d'aquesta localitat. Organitza l'Ajuntament de Sant Antoni de Portmany. Més informació: www.restaurat.es

• **Cañas'n'Roll.** Sant Josep de sa Talaia és l'escenari d'aquest festival de música i gastronomia, que se celebra durant els caps de setmana de final de novembre a final de desembre. Els bars en què hi ha concerts ofereixen una selecció de broquetes i tapes i també hi ha un festival de cinema musical, exposicions relacionades... Organitza l'Ajuntament de Sant Josep de sa Talaia. Més informació: www.cañasnroll.com



Desembre

• **Fira gastronòmica Sabors del Camp i de la Mar.** El primer cap de setmana de desembre sol celebrar-se aquest esdeveniment, que té lloc al Recinte Firal d'Eivissa ciutat. Constitueix un aparador per als productors agroalimentaris i la indústria gastronòmica artesanal i també per als restaurants, que ofereixen degustació de tapes. A més, hi ha *showcooking* i tallers de cuina. Organitza el Consell Insular d'Eivissa. Més informació: www.saborsdeivissa.es

• **Jornada Gastronòmica del Porc.** Una desena de restaurants de Santa Eulària des Riu participen en aquesta jornada, en què s'elaboren menús degustació relacionats amb la matança del porc. Organitza l'Ajuntament de Santa Eulària des Riu. Més informació: www.santaeulalia.net

• **Festa des Vi Pagès de Sant Mateu.** Prop de vint productors de vi artesanal participen en aquesta festa popular, que té lloc a la localitat de Sant Mateu d'Albarca. Els assistents, a més de tastar els vins, poden degustar sobrassada i botifarra elaborada per les famílies d'Albarca, així com dolços típics, cafè caleta... També hi ha exhibicions de ball pagès i música en directe. Organitzen l'Associació de Vesins de Sant Mateu, l'Ajuntament de Sant Antoni de Portmany i el Consell Insular d'Eivissa.

• **Allioli Festival.** Un dissabte de mitjan desembre, coincidint amb el Mercat de Forada (Buscastell), té lloc aquest campionat d'elaboració de la popular salsa allioli. Organitza la Cooperativa Integral d'Eivissa.

• **Fira des Polp.** Aquesta fira dedicada al polp, en què els assistents poden degustar tapes i gaudir d'una gran paella popular, se celebra a Sant Miquel de Balansat. Té lloc durant tot el dia i també hi ha concerts. Organitza el col·lectiu Anarem a Sant Miquel.

• **Restaura't.** Certamen gastronòmic que se celebra des de mitjan octubre fins a principi de desembre, en què participen nombrosos restaurants del municipi de Sant Antoni de Portmany. Ofereixen menús degustació a preus populars, que a més són avaluats per un jurat que tria els millors. Els comensals, així mateix, tenen descomptes als comerços d'aquesta localitat. Organitza l'Ajuntament de Sant Antoni de Portmany. Més informació: www.restaurat.es

• **Cañas'n'Roll.** Sant Josep de sa Talaia és l'escenari d'aquest festival de música i gastronomia, que se celebra durant els caps de setmana de final de novembre a final de desembre. Els bars en què hi ha concerts ofereixen una selecció de broquetes i tapes i també hi ha un festival de cinema musical, exposicions relacionades... Organitza l'Ajuntament de Sant Josep de sa Talaia. Més informació: www.cañasnroll.com



- Punt d'interès
- Torre
- Cota d'altitud
- Església - Catedral
- Cova d'interès turístic
- Gasolinera
- Càmping
- Port esportiu
- Port comercial
- Far
- Hospital públic
- Vista panoràmica
- Lloc d'interès arqueològic
- Camp de golf
- Rampa d'embarcacions
- Fondeig regulat

- IBIZA / EIVISSA
- SANT JOSEP DE SA TALAIA
- SANT ANTONI DE PORTMANY
- SANT JOAN DE LABRITJA
- SANTA EULÀRIA DES RIU



Sabors d'Eivissa és un distintiu que neix per identificar aquells establiments de restauració que aposten pels productes i sabors tradicions d'Eivissa com a base de la seva cuina, independentment que segueixin receptes tradicionals o apostin per la cuina innovadora.

És una oportunitat per degustar els sabors únics d'Eivissa. Des del pa pagès tradicional amb oli d'oliva produït a l'illa, seguit per plats tradicionals o innovadors amb productes locals del camp o de la mar i el flaó, postre d'antigues arrels medievals. No pot faltar 'hi el vi local o una copa d'herbes eivissenques.



www.ibiza.travel



Ibiza_Travel

facebook.com/ibztravel

@ibizatransel

Consell  d'Eivissa

