

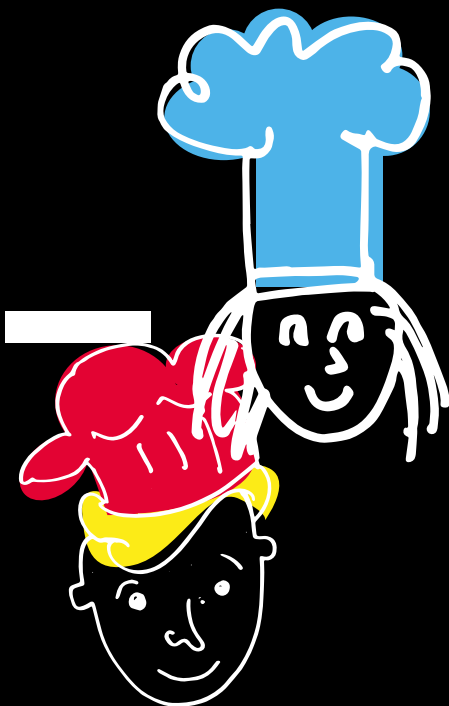
ABU 23  
—30 AGO

ASTE NAGUSIA  
2026

AREATZA  
EL ARENAL

ASTE  
NAGUSIAREN

ZAPO-  
REAK



SABO-  
RES

CULINARIOS DE  
ASTE NAGUSIA



BILBOKO  
KONPARTSAK

hiri eta herri



# SARRERA INTRO- DUCCIÓN

Errezetario honek ekarri gura ditu gogora Aste Nagusiko Sukaldaritza Lehiaketako errezeta tradizionalak. Dena den, gogoan izan sukaldean ez dagoela era bakarra asmatzeko eta, beraz, komeni da hemen argitaratutako errezetak gomendio soil bat legez ulertzea. Edozein kasuan, sasoiko bertoko produktuak erabiltzekotan, gozoago irtengo dira platerak.

Este recetario quiere traer a la memoria las recetas tradicionales del Certamen Gastronómico de Aste Nagusia. Sin embargo, recuerda que en la cocina no hay una forma única de acertar y, por tanto, conviene entender las recetas aquí publicadas como una mera recomendación. En cualquier caso, los platos saldrán más sabrosos en caso de utilizar productos locales de temporada.

on  
EGIN!

# PIS- TOA

## OSAGAIK

- TIPULA
- PIPER BERDEA
- KUIATXOA
- TOMATE SALTSA

## NOLA PRESTATU

### AURREELABORAZIOAK

Txikitu tipula brunoisean.

Txikitu piper berdea brunoisean edo dadotan, 1 zm.

Txikitu kuitxoa dadotan, 1 zm.

### ELABORAZIOA

Sueztitu tipula, gero gehitu piper berdea, utzi sueztitzen, eta gehitu kuitxo pixka bat.

Berdura guztiak sueztitu ondoren kendu bota duten ura (kontu handiz desegin ez daitezen).

Gehitu tomate-saltsa, utzi pixka bat sutan barazkiek zaporea har dezaten, ondu.



# PIS- TO

## INGREDIENTES

- CEBOLLA
- PIMIENTO VERDE
- CALABACÍN
- SALSA DE TOMATE

## PREPARA- CIÓN

### PREELABORACIONES

Cortar la cebolla en brunoise gruesa.

Cortar el pimiento verde en brunoise gruesa o dados de 1 cm.

Cortar el calabacín en dados de 1 cm.

### ELABORACIÓN

Pochamos la cebolla, después añadimos el pimiento verde, dejamos que se rehogue y añadimos el calabacín.

Una vez se han rehogado todas las verduras quitaremos el agua que han soltado en su cocinado (con cuidado para que no se rompan).

Después añadiremos la salsa de tomate, dejaremos un rato al fuego para que las verduras tomen sabor y sazonaremos.



# PATATA TOR- TILLA

## OSAGIAIAK

- PATATAK
- ARRAUTZAK
- OLIBA-OLIOA
- GATZA
- TIPULA (AUKERAN)

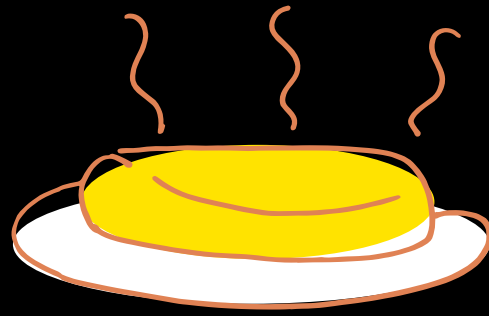
## NOLA PRESTATU

Patatak zuritu eta aitzoz moztu patatak, puska mehe eta irregularretan. Tipula erabiltzea aukeratuz gero, hori ere zuritu eta ondo txikitu.

Jarraian, zartagin batean, oliba-olio asko bota; olio bero dagoenean, sartu bertan patatak (eta tipula) eta frijitu, sueztituta geratu arte. Ondoren, gopor batera atera.

Arrautzak irabiatu eta patatak (eta tipula) gehitu, dena nahasten, ore homogeen bat lortu arte.

Zartaginera bota olio apur bat eta aurreko ore, eta kozinatu, tortilla gustura mamitu arte. Ondoren, buelta eman eta beste aldetik ere mamitu. Horren ostean, badago prest aurkeztu eta jateko.



# TORTI- LLA DE PATA- TAS

## INGREDIENTES

- PATATAS
- HUEVOS
- ACEITE DE OLIVA
- SAL
- CEBOLLA (OPCIONAL)

## PREPARA- CIÓN

Se pelan las patatas y se cortan en lascas. Si se elige la opción de usar cebolla también se pela y se corta lo más finamente posible.

A continuación, en una sartén se echa abundante aceite de oliva, y una vez el aceite esté caliente se incorporan las patatas (y la cebolla) y se fríen hasta que queden pochadas, y se sacan a un bol.

Se baten los huevos y se añaden las patatas (y la cebolla), mezclándolo hasta que quede una masa homogénea.

En la sartén, con un poquito de aceite, se vierte la mezcla y se cocina cuajando la tortilla al gusto. A continuación se da la vuelta y se cuaja por el otro lado y queda lista para presentar y comer.



# TXIPI- ROIK BERE TINTAN

## OSAGAIK

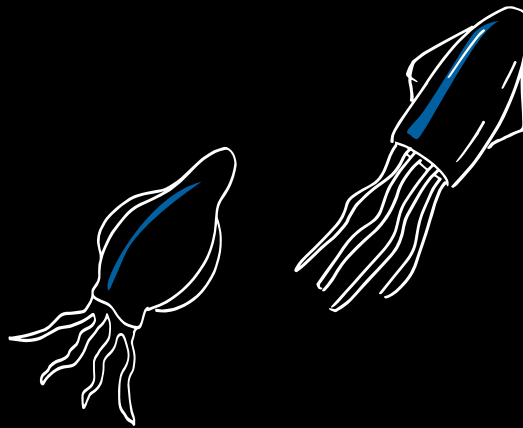
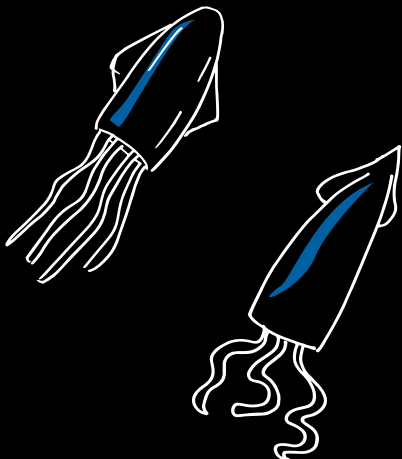
- TXIPIROIK
- BERAKATZA
- TXIBIA-TINTA
- OLIOA
- TIPULA ZURIA
- GATZA
- OGIA
- FUMETA
- PIPER BERDEA

## NOLA PRESTATU

Zartagin batean olio apur bat bota eta txipiroi garbiak zigilatu eta erreserbatuko ditugu.

Erabili dugun zartaginean olio ipini eta berakatza, tipula eta piperra botako ditugu, juliana eran moztuta. Bertan izango dugu ondo sueztitu arte.

Ogi-xerra batzuk moztu eta frijituko ditugu; ondoren, barazkiekin batuko ditugu. Tinta gehitu eta fumeta botako dugu. Ondoren, puregailutik pasatuko dugu dena. Saltsa hori kazolara bota eta irakin arte berotuko dugu. Gatz-puntua zuzendu eta gordetako txipiroiak sartuko ditugu, askatutako urarekin batera. Sukaldatuko ditugu, txipiroiak samur geratu arte.



# TXIPI- RONES EN SU TINTA

## INGREDIENTES

- TXIPIRONES
- TINTA DE CALAMAR
- CEBOLLA BLANCA
- PAN
- PIMIENTO VERDE
- AJO
- ACEITE
- SAL
- FUMÉ

## PREPARA- CIÓN

En una sartén con un poco de aceite sellaremos los txipirones, que ya estarán limpios y los reservamos.

En la sartén que se ha utilizado, añadimos aceite, y echamos el ajo, la cebolla y el pimiento, picado en juliana, pocharlo mucho.

Cortamos unas rebanadas de pan y las freímos, se incorporan a la verdura, añadimos la tinta y echamos el fumé, y lo pasamos por el pasapurés.

Se devuelve a la cazuela y se lleva a ebullición, poner a punto de sal, se incorporan los txipirones que teníamos reservados incluyendo el caldo que haya podido echar el chipirón, y lo cocinamos hasta que los chipirones estén tiernos.



# SUKAL- KIA

## OSAGAIK

- TXAHALKIA (ZANKARRA)
- TIPULAK
- PIPER BERDEAK
- AZENARIOAK
- TOMATE BIRRINDUA
- PATATAK
- BERAKATZA
- ARDO BELTZA
- SALDA
- OLIBA-OLIOA
- GATZA

## NOLA PRESTATU

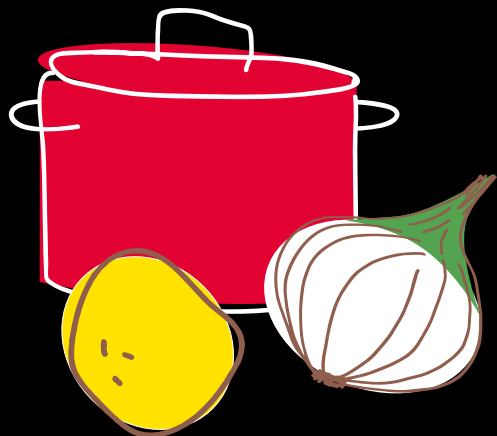
Okela gazpipertu eta zigilatu.

Txiki-txiki egin barazki guztiak eta suezitzen ipini, lapiko batean, oliba-olioarekin eta gatz apur batekin. Behin gorrituta barazkiak, tomate koilarakada batzuk gehitu, eta ondoren okela. Gero, sueztitu guztia.

Gehitu ardo beltza, utzi lurrintzen, gehitu patata eta sueztitu.

Bota salda, dena estali gabe, eta segi botatzen gisatuak behar duen neurrian. Eman gatz.

Lapiko arrunt batean, ordu eta erdi edo bi ordu behar dira. Okela prest dagoen ikusteko, sardexka batez ziztatu.



# SUKAL- KI

## INGREDIENTES

- CARNE DE TERNERA (ZANCARRÓN)
- CEBOLLAS
- PIMIENTOS VERDES
- ZANAHORIAS
- TOMATE TRITURADO
- PATATAS
- AJO
- VINO TINTO
- CALDO
- ACEITE DE OLIVA
- SAL

## PREPARA- CIÓN

Salpimentar la carne y sellarla.

Picar todas las verduras en trocitos pequeños y poner a rehogar en una cazuela con aceite de oliva y un poco de sal. Una vez pochada la verdura, se agregan unas cucharadas de tomate, se añade la carne, y se rehoga todo.

Añadir el vino tinto, dejar evaporar, añadir patatas y rehogarlas.

Echar el caldo sin que llegue a cubrir, añadiendo más caldo a medida que el guiso lo necesite. Poner a punto de sal.

En una cazuela normal se tarda entre una hora y media y dos, para ver si ya está la carne hecha, pinchar con un tenedor.





# MARMI-TAKOĀ

## OSAGAIĀK

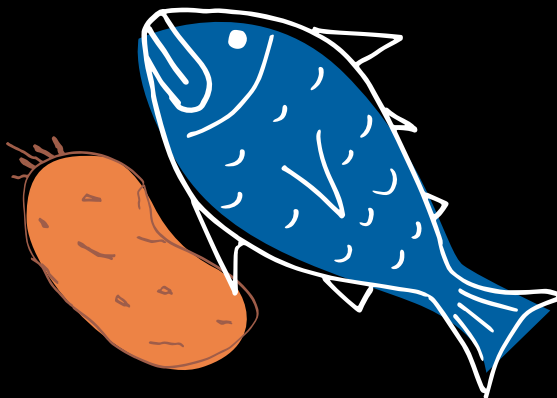
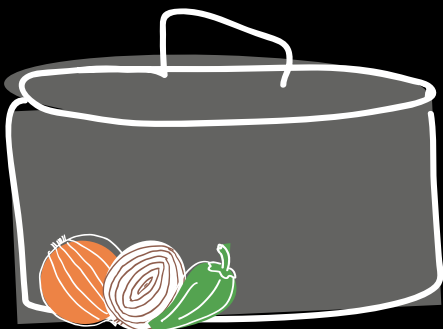
- OLIBA-OLIOA
- TIPULAK
- PIPER BERDEAK
- 1 POTE PIPER GORRIAREN MAMI
- PATATAK
- GATZA
- HEGALUZZEA
- TOMATE BIRRINDUA
- FUMETA: HEGALUZZEAREN HONDAKINAK: HEZURRAK, AZALA... BARAZKIAK: TIPULA, PIPER BERDEAK...

## NOLA PRESTATU

Ipini kazola batean oliba-olioa eta tipula ondo txikituta, eta sueztitu; gero, piper berdeak erantsi, horiek ere txikituta. Dena ondo gorrituta dagoenean, gehitu patatak (zurituta eta kraskatuta), gatza, koilarakada batzuk tomate eta piper gorrien mamia; sueztitu dena eta estali fumetarekin. Eman gatza.

Patatak eginda daudenean, gehitu hegaluzea, garbi eta zati txikitan moztua.

Ez da denbora luzea pasatu behar hegaluzea botatzen denetik platera zerbitzatu arte; bestela, hegaluzea sikatu egiten da.



# MARMI-TAKO

## INGREDIENTES

- ACEITE DE OLIVA
- CEBOLLAS
- PIMIENTOS VERDES
- 1 BOTE CARNE PIMIENTO ROJO
- PATATAS
- SAL
- BONITO
- TOMATE TRITURADO
- FUMÉ: RESTOS DEL BONITO, ESPINAS, PIEL... + VERDURAS: CEBOLLA, PIMIENTOS VERDES...

## PREPARACIÓN

Poner en una cazuela aceite de oliva, la cebolla bien picada y pocharla, añadir los pimientos verdes picados. Cuando esté bien pochado, añadir, las patatas peladas y cascadas, sal, unas cucharaditas de tomate, la carne de pimientos rojos, rehogar, y cubrir con el fumé. Poner a punto de sal.

Cuando las patatas estén hechas incorporar el bonito limpio y troceado (cachos pequeños).

Desde que se echa el bonito hasta que se sirva no tiene que pasar mucho tiempo para que no se seque el bonito.



# BUZTAN GISATUA

## OSAGAIK

- BUZTANA
- PIPER GORRIAK
- PIPER BERDEAK
- TIPULA GORRIAK
- TIPULA ZURIAK
- PATATAK
- AZENARIOAK
- BERAKATZA
- PIPERBELTZA
- PEREINOTZA
- OLIBA-OLIOA
- GATZA

## NOLA PRESTATU

Prestatu aurretik, bezperan, honako osagai hauek lapiko batean, ur-ardotan (neurri berean) beratzten utzi behar dira, hozkailuan:

- Buztana
- Tipula gorri eta zuria (neurri berean)
- Piper gorri eta berdeak (neurri berean)
- 1 edo 2 azenario
- Berakatz
- Piperbeltz-bolatxoa (bospasei)
- 3 edo 4 ereinotz-hosto

Hurrengo egunean hasiko gara platera prestatzen; horretarako, aparte utzi buztan-zatiak, barazkiak eta likidoa.

Lapiko batean, hasi barazkiak sueztitzen olio apurtxo batekin.

Beste alde batetik, buztanzatiak frijitu, alde guztietatik ondo gorritu arte.

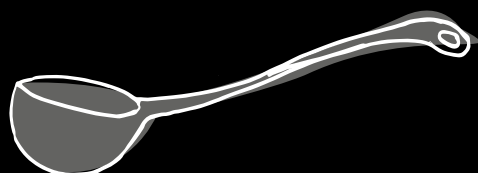
Behin barazkiak sueztituta eta buztan-zatiak ondo gorrituta, sartu dena lapikoan, beratzeko likidoarekin batera.

Hasi gisatua egiten.

Gisatua amaitzeko 20-30 minutu falta direnean, sartu patatak.

Buztan-zatiak bigun-bigun daudenean (3-4 orduren buruan), atera buztana eta pasatu barazkiak puregailutik; prest dugu saltsa. Eman gatz.

Sartu buztana berriro saltsan, eta 10 minutuan eduki pilpilean, su motelean, dena homogeneousatzeko.



# GUISADO DE RABO

## INGREDIENTES

- RABO
- PIMIENTOS ROJOS
- PIMIENTOS VERDES
- CEBOLLAS ROJAS
- CEBOLLAS BLANCAS
- PATATAS
- ZANAHORIAS
- AJO
- PIMIENTA
- LAUREL
- ACEITE DE OLIVA
- SAL

## PREPARACIÓN

Un día antes de cocinar poner a macerar en una cazuela con vino y agua a partes iguales los siguientes ingredientes, que meteremos en la nevera hasta su preparación:

- El rabo
- La cebolla roja y blanca a partes iguales
- Pimientos rojos y verdes a partes iguales.
- 1 ó 2 zanahorias
- Ajo
- Unas 5 ó 6 bolitas de pimienta
- 3 ó 4 hojas de laurel

Al día siguiente comienza la preparación, para esto separamos los trozos de rabo, la verdura y el líquido.

En un puchero, con un poco de aceite ponemos a pochar todas las verduras.

Por otro lado, freiremos los trozos de rabo hasta que se doren bien por todos los lados.

Una vez que la verdura está pochada y los trozos de rabo bien dorados, metemos todo en el puchero con el líquido de maceración.

Y comienza el guiso.

Faltando 20 ó 30 minutos para acabar el guiso se incorporan las patatas.

Cuando los trozos del rabo ya estén bien blanditos (tres o cuatro horas después) separamos los trozos de rabo, pasamos la verdura por el pasapurés, ya tenemos la salsa en su punto. Poner a punto de sal.

Metemos los trozos de rabo otra vez y los tenemos como 10 minutos al pil-pil suave para que se homogeneice todo.



ANTOLATZAILEA—ORGANIZA

# BILBOKO KONPARTSAK