



made in menorca

PRODUCTES TÍPICS



MADE IN MENORCA I LA FIRA ARRELS

La promoció dels productes agroalimentaris i artesanals de Menorca, així com de la seva gastronomia, és la raó de ser del projecte Made in Menorca, que impulsa el Departament de Projectió Econòmica del Consell de Menorca. Donar valor a allò que ens diferencia, que ens fa únics, és cabdal per fer créixer la riquesa d'un territori, entesa aquesta de forma integral. Entre les iniciatives engegades per assolir aquest gran objectiu es troba Arrels, la fira de producte local i cuina de Menorca. Dos dies plantejats amb una única finalitat: prestigiar els nostres productes, les nostres receptes; en definitiva, la nostra manera de fer i de ser.

Vi de la terra Illa de Menorca

- Les primeres vinyes a Menorca es remunten a l'època romana.
- La referència escrita més antiga data de l'any 1221.
- Entre els segles XVI i XIX l'estemiu cultivada va fragar les 1.500 hectàrees. A l'actualitat n'hi ha 1.423.
- L'alt i la pliuaven van afectar la producció vitícola a mitjan segle XIX.
- A partir de 1980 es va recuperar el cultiu de vi i actualment hi ha 11 explotacions i 8 cellers.
- Les varietats amb que es fa el vi negre de Menorca són el cabernet sauvignon, el merlot, el monastrell, el uet i el uet de tabre.
- Les varietats blanques són el chardonnay, el malvasia, la malvasia, el moscatell, la pinedada i el mal.
- Es troba característic del vi de Menorca són la intensitat de color, l'altíssim potencial alcohòlic i l'aciditat moderada.
- L'any 2015 s'hi van produir 1.322 hl amb una extensió de 28 hectàrees.
- Es fa un activitat agrària que ha crescut en superfície i valor afegit.

Mel i safrà de Menorca

- L'escrptor romà Plini el Vell ja esmenta el segle I dC la qualitat de la mel de Menorca.
- També existien referències documentals de les partides de gemes de mel que s'embarcaven a la Cart al segle III.
- Des de l'any 2006, una marca de garantia creada pel Consell Insular de Menorca empara les mels elaborades a l'illa.
- A Menorca es recull i comercialitza la mel de mel flors i la mel monofloral d'enciams, bruc, esbarzer i romans.
- El safrà es conegut com l'or vermell. Ha de trobar-se a l'espècie més valuosa del món.
- Es fa molt aprenent per benefici que se per a la salut.
- A Menorca es té constància que es recullia fa 500 anys.
- El procés de collita, recollida i selecció es fa de forma artesanal i ecològica.
- El safrà de Menorca ha atingut la Certificació de Primera Categoria. Té qualitat única la seva excel·lent qualitat.

Sobrassada i altres embotits

- Menorca es una illa d'important tradició carnièria.
- Es embotits tradicionals són la sobrassada, la carn i-culla, el comarot i el botifarró. Tots s'elaboren a partir de la carn del porc.
- La producció d'embotits s'inicià amb la conquesta romana. Amb l'arribada dels àrabs i catalans, i es recuperà de nou a partir del segle XIV.
- Es unes que l'embotit més típic, es la carn i-culla. S'elabora amb carn magra i culla de porc i es condimenta amb sal i espècies.
- L'origen de la sobrassada s'associa a S'Oliva. La paraula prové de l'italià "sopressato", que significa "carn picada embotada".
- La sobrassada es condimenta amb sal, pebre vermell i espècies, si bé la introducció del pebre vermell data del segle XIX.
- Té un nom diferent segons el budell en que s'emboten: fongarissa, rosseto, rutor, poltro, bufeta o buba.
- La tradició de menjar el porc, o porquedós, ha estat vital per mantenir l'activitat carnièria a l'illa.

Formatge de Menorca

- L'any 2000 dC ja s'elaborava formatge a Menorca.
- Escrits àrabs del segle XI en relataven l'excel·lent qualitat.
- S'elabora amb llet de vaca, fent servir tècniques molt antigues.
- Les peces, anomenades fongarissos, poden pesar d'1 a 4 quilos.
- Es distingia per la seva forma quadrada, el color rogenc o fosc de la crosta i el sabor excepcionalment salat.
- Hi ha 45 formatgeries i 25 empreses comercialitzadores.
- L'any 2014 es van produir 3,5 milions de quilos.
- En els últims 5 anys les vendes han crescut un 10%.
- Actualment, es present a 48 països.
- Es l'únic formatge de Balears amb denominació d'origen protegida.
- Ha estat distingit com el Millor Formatge d'Espanya de 2014.

Oli d'oliva verge extra

- A Menorca s'ha elaborat oli d'oliva al llarg de la història.
- Es primers elements etnològics emprats per a la seva producció daten d'entre el 400 i el 100 dC.
- Un testimoni clau és el molí d'oli trobat sota els fonaments de l'Ajuntament d'Alaió (13 dC).
- Durant l'època musulmana la producció d'oli va créixer, però a partir del s. XIV va retrocedir.
- Actualment, hi ha un vintena d'explotacions agràries dedicades a la plantació d'oliveres.
- Recentment, s'ha constituït l'Associació de Productors d'Oli de Menorca, un dels seus objectius de la qual és l'obtenció de la Indicació Geogràfica Protegida.
- A Menorca es coneixen diverses varietats d'oliva, les més usades són l'orteguina i la picuda. S'ha introduït també la koroneiki grega, una varietat que s'adapta molt bé a l'illa.
- Es productors d'oli exploren també les possibilitats de l'oliva, el fruit de l'olivera. Els primers tasts en valoren l'aroma i el sabor.

“Oli,
vi i amic
és millor
com més
antic”

Arròs

FIRA DE
PRODUCTE
LOCAL I
CUINA DE
MENORCA

Arròs de la terra

1. Pica el blat en remull amb aigua freda la nit abans.
2. Escalfa el forn a 140°.
3. Pica i troncava o desmunt petits el moniato a la patata i els tomàquets. Tronca també la primera capa de pell de la ceba i d'alls.
4. Tallau les carns i embotits de manera que després siguin fàcil de repartir.
5. Pica el blat escorregut en una cassola de fang i barreja la resta d'ingredients per damunt. Tradicionalment, es posa la ceba i d'alls al centre i els troncals de carn i embotits amb aigua redol. Solau lleugerament i afegiu-hi un rajol d'oli d'oliva.
6. Entremou-ho durant 45 min a una temperatura de 140°.



INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

400 g blat rugós - 100 g bacallà blanc (o solat) -
100 g submeroll - 100 g costella de porc - 100 g salla
100 g bacallà rogió - 200 g moniato o patata
1 ceba i d'alls - 2 tomàquets de penja mitjana
2 cullerades d'oli d'oliva - 1 cullerada de sal

Caragols amb cranca

1. Unes hores abans, rentau els caragols i poseu-los a coure en una cassola a foc lent amb el moniat d'herbes, 1 cullerada de sal i coberts amb aigua. Després de 30 min, refredau-los i deixau-los refredar.
2. Tallau els anans en daus, picau i picau la ceba i els alls. Pica també el pebre i el tomàquet.
3. Escalfa l'oli en un fons i feu un sofregit a foc lent amb les verdures picades. Afegiu-hi el tomàquet, els anans i les herbes. Solau-ho, remou-ho amb el oli i poseu-ho a coure a foc viu durant 10 min més.
4. Colau els caragols, incorporeu-los a la salsa i deixau-los coure a foc viu durant 10-15 min. Refredau-los i deixau-los refredar a temperatura ambient per consumir-los al dia següent.



INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

1 kg de caragols purgat - 5 kg cranca i herbes
1 moniat d'herbes per a coure - 1 pebre verd
1 ceba - 2 tomàquets mitjana - 2 alls - 2 alls de lleure
1 lletge - 4 cullerades d'oli d'oliva

Salsa maonesa

1. Pica els rovells de l'ou en un morter i afegiu-hi la sal i unes gotes de suc de llimona.
2. Incorporau-hi a poc a poc l'oli d'oliva sense parar de remenar. No treu l'oli de cap, perquè no aconseguireu que emulsióni.
3. La meitat de moniat ha de quedar en el morter sèntit, de forma energica i constant, sempre al mateix ritme.
4. Al final, afegiu-hi unes gotes més de suc de llimona.



INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

Una mica d'ou - 300 ml d'oli d'oliva
2 cullerades de suc de llimona - sal

Caldereta de llagosta

1. Pica la ceba, els alls, els tomàquets i el pebre. Escalfa en un fons fons i sofregiu-hi el pebre i la ceba. Després incorporeu-hi el tomàquet. Deixau-ho coure durant 15 min, refredau-los i poseu-ho per la tardada.
2. Tallau les llagostes en viu, separant primer el cap de la cua i resant-los amb el seu suc. Refredau els caps, i el fons, tallau la cua a mitjanes, separau les potes del cap i d'un cop sec tallau el cap en dues mitjans.
3. Pica el sal i foc amb el sofregit, incorporeu-hi la llagosta i cobriu-ho amb aigua. Afegiu-hi el julvent i solau-ho. Un cop comenci a bullir abasseu el foc i deixau que es cougui durant 30 min. Pica en un morter els caps, els budells i l'oli i afegiu-ho a la caldera. Passats 5 min estau bast per servir.
4. Repartiu el poran als plats, cobriu-ho primer amb el botó ben calent i després ompliu els troncals de llagosta per damunt.



INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

2 llagostes - 300 g de tomàquet mitjana - 3 cebes
1 pebre verd - 2 grams d'oli - 4 cullerades d'oli d'oliva
2 cullerades roses de sucre - julvent
300 g pa de rapera - 1,5 l d'aigua

Oliagua amb figues

1. En una cassola, sofregiu amb oli d'oliva els alls tallats o tomàquet.
2. Sofregiu la ceba i el pebre, troncavets prèviament a mitja patata, i quan la ceba s'hagi sofregit abasseu afegiu-hi els tomàquets o troncals i colpejau-ho.
3. Un cop el sofregit estigui lleugerament coccinat, cobriu-ho amb l'aigua. Deixau-ho coure a foc mitjà fins que estigui a punt de trencar el bull.
4. Apaga el foc i deixau-ho reposar. Serviu el plat acompanyat de troncals de figues i de pa sec.



INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

1 kg de tomàquet mitjana - 1 pebre verd
3 cebes - 2 alls - 1,5 cullerades de sal - pebre
Figues - pa de rapera seca

“Cada
olleta
té la
seva
tapado-
reta”



made in menorca

RECEPTES



MADE IN MENORCA I LA FIRA ARRELS

La promoció dels productes agroalimentaris i artesanals de Menorca, així com de la seva gastronomia, és la raó de ser del projecte Made in Menorca, que impulsa el Departament de Projectió Econòmica del Consell de Menorca. Donar valor a allò que ens diferencia, que ens fa únics, és cabdal per fer créixer la riquesa d'un territori, entesa aquesta de forma integral. Entre les iniciatives engegades per assolir aquest gran objectiu es troba Arrels, la fira de producte local i cuina de Menorca. Dos dies plantejats amb una única finalitat: prestigiar els nostres productes, les nostres receptes; en definitiva, la nostra manera de fer i de ser.

Formatjades i flaons

FORMATJADES

Les formatjades són unes empanades típiques de Menorca. N'hi ha de carn de porc, o de be, amb sobrassada i ulla, de formatge o de brassat. Es diuen así perquè inicialment només se'n feien de formatge. Antigament, era costum menjar-ne per Pasqua, una tradició que encara es manté avui dia.

FLAONS

Els flaons són pastes salades fetes amb formatge tendre de Menorca, farina, oli d'oliva i llevat. Té una forma molt característica, amb un bony al mig i puntes ovalades al voltant. A Menorca, a diferència d'altres indrets, els flaons no estan farcits, el formatge està barrejat amb la resta de la pasta.

Pastissets i crespells

PASTISSETS

Són pastes dolces amb forma de flor de cinc, sis o set pètals i cobertes de sucre de llustre. Tradicionalment, era costum menjar-ne per Nadal, però avui dia se'n mengen tot l'any. S'elaboren amb sucre, séu, rovells d'ou i farina, si bé també se'hi pot afegir vi dolç i ratlladura de llimona.

CREPELLS

Són peces de pasta dolça, de forma circular i puntes arrodonides, fetes de farina amb séu o amb oli, i a vegades amb ou. Estan enlustrades i farcides de confitura de carbassa o d'altres ingredients, com ara cadoryat, ametlla, brassat o sobrassada. Com les formatjades, se solen menjar per Pasqua, després de la Quaresma.

Rubiols de carn o peix

Són peces de pasta de farina fina, doblegada en forma semicircular i amb un forat solat, que pot ser de sofregit, peix, carn o espinacs. És possible que els rubiols siguin d'origen jueu, ja que en la cuina sefardita hi ha unes pastes denominades borekas que tenen la mateixa forma de mitja lluna i de les quals podrien haver derivat tant els rubiols com els cocanols.



Carquinyols i amargos

CARQUINYOLS

Els carquinyols són peces de pasta dolça, de mig centímetre de grandària, forma quadrada i textura consistent, elaborades amb farina, ou, llustre i ametlles o avellanes. Les peces es cuen al forn fins que queden ben rostides. És un dolç típic del municipi des Mercadal.

AMARGOS

Són unes peces de pasta dolça, de forma rodona, fetes d'ametlles mòmtes, sucre i blanc d'ou, que es cuen lleugerament al forn. Sembla que deriven d'unest pastes castellanes denominades macaronas d'úces que s'elaboraven amb ametlles d'úces. Posteriorment, s'N van afegir ametlles amargues i se'ls va denominar macaronas amargos.

Coca bamba o ensaïmada de Sant Joan

És una coca feta de pasta bamba, és a dir, una pasta alta feta amb farina, sucre, oli i ou, molt estapejada i estufadissa. Té forma envoltada com l'ensaïmada, per la qual cosa a Ciutadella es coneix amb el nom d'ensaïmada de Sant Joan, ja que s'acostuma a menjar sucada en socolats desfeta durant les festes locals i en celebracions especials.



“Qui bada de boca es queda sense coca”



**made in
menorca**
REBOSTERIA



MADE IN MENORCA I LA FIRA ARRELS

La promoció dels productes agroalimentaris i artesanals de Menorca, així com de la seva gastronomia, és la raó de ser del projecte Made in Menorca, que impulsa el Departament de Projectió Econòmica del Consell de Menorca. Donar valor a allò que ens diferencia, que ens fa únics, és cabdal per fer créixer la riquesa d'un territori, entesa aquesta de forma integral. Entre les iniciatives engegades per assolir aquest gran objectiu es troba Arrels, la fira de producte local i cuina de Menorca. Dos dies plantejats amb una única finalitat: prestigiar els nostres productes, les nostres receptes; en definitiva, la nostra manera de fer i de ser.