

AGRADECIMIENTOS

A los Restaurantes que han cedido las recetas incluidas en esta Guía, así como la promoción del 2006 del Curso de Cocina del Centro Escuela de Formación Ocupacional.

2ª EDICIÓN: JULIO 2007

DEPÓSITO LEGAL: CA-533/07

EDITAN:

- MANCOMUNIDAD DE ISLANTILLA
Av. Islantilla s/n. 21410 Isla Cristina
Tlf: 959 486 319
Fax: 959 486 027
e-mail: islantilla@islantilla.es
www.islantilla.es

- CÁMARA MUNICIPAL DE TÁVIRA

DISEÑO Y MAQUETACIÓN:

- PROPULSA COMUNICACIÓN

cocina
sin fronteras



GUÍA GASTRONÓMICA PORTUGAL/ESPAÑA

El proyecto IBERTUR, "Plan de Valorización Turística de Patrimonio Transfronterizo", se encuadra en el ámbito de la Iniciativa Comunitaria INTERREG II_A, Programa de Cooperación Transfronteriza Portugal-España.

Las actividades tienen como finalidad la valorización de los recursos endógenos y la creación de mecanismos adecuados para la promoción turística, como principal motor de desarrollo en el espacio territorial en el que se desarrolla el proyecto: la provincia de Huelva, el Algarve y el Alentejo.

El proyecto IBERTUR, entre otros, pretende alcanzar los siguientes objetivos:

- Valorizar y potenciar los recursos turísticos mediante la implementación de una estrategia común de promoción turística sostenible.
- Promover una identidad común a través de, por un lado, la promoción conjunta del patrimonio, los recursos naturales y turísticos y por el otro lado, de la integración de los diferentes itinerarios turísticos.
- Promocionar la oferta turística de la zona.

La implementación de IBERTUR contempla como pilar básico la promoción de una estrategia común de promoción turística sostenible del territorio hispano-luso.

Resultado de la cooperación de la Mancomunidad de Islantilla y la Cámara Municipal de Tavira, surge esta GUÍA GASTRONÓMICA, que se presenta, en la que se pone de manifiesto la riqueza culinaria que caracteriza al territorio hispano-luso de Islantilla y Tavira.

A través de esta GUÍA GASTRONÓMICA, se ofrece todo un paseo culinario de Islantilla a Tavira y de Tavira a Islantilla...



Gastronomía – Islantilla, Lepe e Isla Cristina

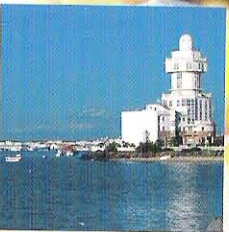
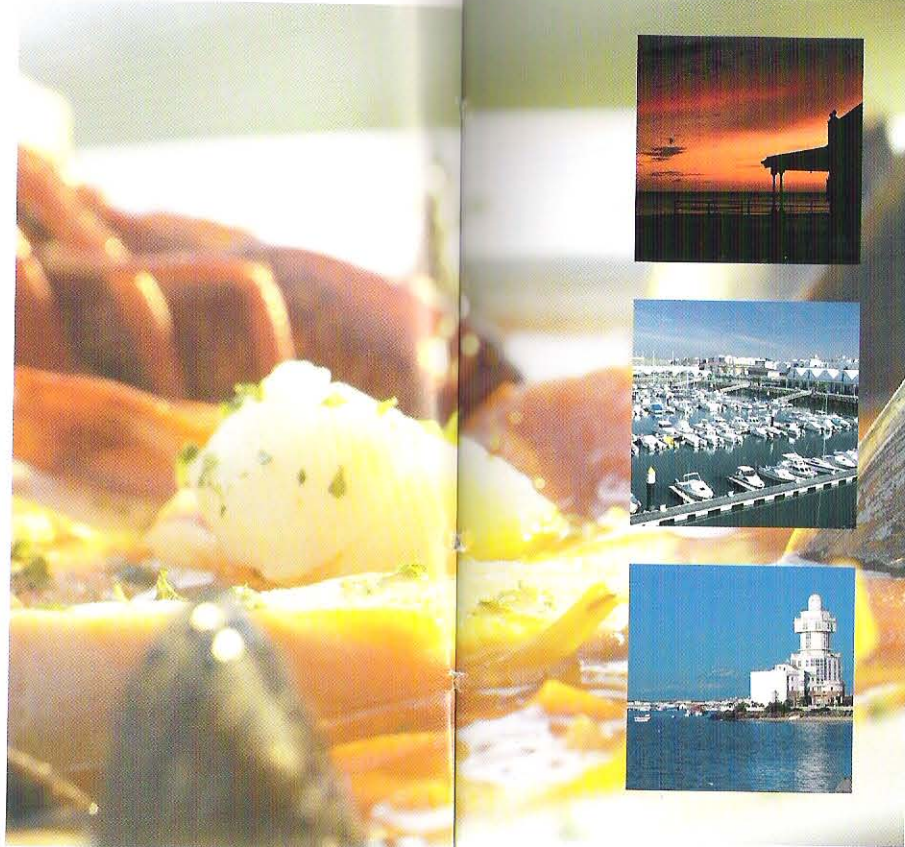
La gastronomía típica de la comarca en la que se circunscribe Islantilla es una tentación a la que resulta imposible resistirse, producto de una larga tradición culinaria elaborada a partir de los más suculentos frutos del mar y de la tierra.

La variedad de establecimientos de restauración que ofrecen sus exquisitas especialidades a quienes visitan Islantilla, permite degustar desde el mejor marisco y pescado traídos desde los puertos de Lepe e Isla Cristina, hasta los postres naturales más apetecibles materializados en frutos como el higo o el higo, sin dejar de lado la oportunidad de paladear el sabor inconfundible de la carne ibérica procedente de la cercana Sierra de Huelva.

Como añadido, en Islantilla la gastronomía tradicional tiende su mano a la cocina más elevada, con exquisitos platos elaborados en centros de formación de la talla de la Escuela de Hostelería, germen de los mejores profesionales de la restauración, cuyo toque maestro reside, en gran medida, en la inigualable calidad de los ingredientes oriundos empleados en sus recetas.

La repostería ocupa igualmente un destacado lugar en la gastronomía local, con delicias como la coca y las perrunillas de coco de Isla Cristina, o el dulce de calabaza y la torta de Semana Santa de Lepe.

Déjate seducir por el paladar y quédate con el recuerdo de una mezcla de aromas y sabores auténticos "Islantilla seduce por los cinco sentidos"



Gastronomia – Islantilla, Lepe e Isla Cristina

A gastronomia típica da comarca onde se circunscribe Islantilla é una tentación imposible de se resistir, produto duma longa tradición culinária elaborada a partir dos mais suculentos frutos do mar e da terra.

A variedade de estabelecimentos de restauração que ofrecen as suas deliciosas especialidades a quem visita Islantilla, permite provar desde o melhor marisco e peixes trazidos desde os portos de Lepe e Isla Cristina, até às sobremesas naturais mais apetecíveis materializadas em frutas como o morango ou o figo, sem deixar de lado a oportunidade de desfrutar o sabor inconfundível da carne ibérica procedente da vizinha Sierra de Huelva.

Além disso, em Islantilla a gastronomia tradicional estende a sua mão à cozinha mais elevada, com deliciosos pratos elaborados em centros de formação do nível da "Escola de Hostelería", origem dos melhores profissionais da restauração, cuja perícia reside, em grande medida, na inigualável qualidade dos ingredientes da região utilizados nas suas receitas.

A confeitaria ocupa igualmente um notório lugar na gastronomia local, com prazeres como a coca e as perrunillas de coco de Isla Cristina, ou o bolo de abóbora e a tarte de Semana Santa de Lepe.

Deixa-te seduzir pelo paladar e fica com a lembrança de um conjunto de aromas e sabores auténticos. "Islantilla seduz pelos cinco sentidos".



entrantes/*entradas*



Ingredientes:

- 0,5 kg. de tomates maduros
- 1 cebolla
- 6 rebanadas de pan
- 1 pimiento verde
- 0,5 kg. de coquinas
- 3 hojitas de hierbabuena
- 1 vasito de aceite de oliva

- 0,5 kg. de tomates maduros
- 1 cebola
- 6 fatias de pão
- 1 pimento verde
- 0,5 kg. kg de conquilhas
- 3 folhas de hortelã
- 1 copo pequeno de azeite

SOPA DE COQUINAS SOPA DE CONQUILHAS

Preparación:

Poner en una sartén el aceite con los tomates, el pimiento, la cebolla, cortados a trocitos; hacer un refrito. Mojar el pan y reservar.

Una vez el refrito hecho, añadir las coquinas, el pan, las hojas de hierbabuena. Cubrir con agua, sazonar y dejar cocer durante unos quince minutos.

Preparação:

Pôr numa frigideira o azeite com os tomates, o pimento e a cebola cortados em pedaços; fazer um refogado. À parte, molhar o pão e guardar.

Quando o refogado estiver pronto juntar as conquilhas, o pão e a hortelã. Cobrir com água, temperar e deixar cozer durante 15 minutos.

PIMENTADA CON VENTRESCA PIMENTADA CON VENTRESCA

Preparación:

Asar pimientos rojos y verdes al horno, hasta que enternezcan. Antes que se enfríen pelarlos y hacerlos tiras longitudinales, aliñarles aceite de oliva, vinagre y sal.

Una vez servidos en la fuente, lo adornamos con unos aros de cebolla cortados finitos y, por encima, una buena porción de ventresca de atún.

Preparação:

Assar os pimentos no forno até que amoleçam. Antes de arrefecer pelá-los e cortá-los em tiras longitudinais.

Temperá-los com azeite, vinagre e sal.

Uma vez servidos numa travessa, decoramos com umas rodela de cebola cortadas fininhas, e em cima colocamos uma boa porção de barriga de atum.



Ingredientes:

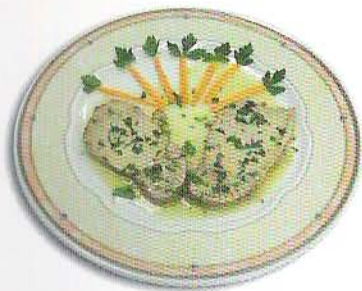
- Pimientos rojos
- Pimientos verdes
- Ventresca de atún
- Sal
- Aceite
- Vinagre

- Pimentos vermelhos
- Pimentos verdes
- Barriga de atum
- Sal
- Azeite
- Vinagre



pescado/peixe

ATÚN AL AJILLO ATUM AL AJILLO



Ingredientes:

- 500 gr. lomo de Atún fresco
- Sal
- Aceite de oliva
- Comino molido
- Vinagre
- Ajos

- 500 gr. de lombo de atum fresco
- Sal
- Azeite
- Cominhos
- Vinagre
- Alhos

Preparación:

Se pone a cocer el atún con abundante agua, sal y vinagre. Una vez cocido, se deja enfriar, se corta en láminas y se va poniendo en un recipiente hondo. En el mortero machacamos los ajos y añadimos el comino molido con un poco de sal y vinagre. Se lo echamos por encima del atún que tenemos preparado en el recipiente y lo cubrimos con aceite de oliva.

Preparação:

Coze-se o atum em água abundante, sal e vinagre. Uma vez cozida, deixa-se arrefecer, corta-se em fatias e vai-se colocando num recipiente fundo. Num almofariz esmagamos o alho e juntamos os cominhos com um pouco de sal e vinagre. Deita-se este molho por cima do atum e cobrimos com azeite.

ALMEJAS A LA MARINERA AM IJOAS Á MARINHEIRO

Preparación:

Metemos en una sartén las almejas con aceite de oliva, ajo rajado con piel y esperamos a que las almejas se abran. Cuando éstas se estén abriendo se polvorea con pimienta, harina y un buen chorrito de vino blanco, dejándose al fuego unos minutos más y listo.

Preparação:

Colocamos numa frigideira as amêijoas com o azeite, os alhos esmagados com casca e esperamos que as amêijoas abram. Depois de abertas, polvilha-se com pimenta e farinha e deita-se um bom gole de vinho branco, deixa-se ao lume uns minutos mais e está pronto.



Ingredientes:

- Aceite de Oliva
- Ajo
- Almejas
- Vino blanco
- Pimienta molida
- Harina

- Azeite
- Alho
- Amêijoas
- Vinho branco
- Pimenta moída
- Farinha



Ingredientes:

- 200 gr. de huevas de atún
- 100 gr. de navajas
- 1 cucharada de paté de oca
- 1 vasito de Pedro Ximénez
- Cebolla
- 5 dientes de ajo
- 1 ramita de perejil
- 1 vaso pequeño de aceite de oliva

- 200 g. de ovas de atum
- 100 g. de lingueirão
- 1 colher de paté de ganso
- 1 copo de vinho de Pedro Ximénez
- Cebola
- 5 dentes de alho
- 1 ramo de salsa
- 1 copo pequeno de azeite

HUEVAS DE ATÚN CON NAVAJAS CON CREMA DE PATÉ DE OCA OVAS DE ATUM COM LINGUEIRÕES E MOLHO DE PATÉ DE OCA

Preparación:

En primer lugar cocer las huevas y las navajas y reservar. En una cazuela sofreír el perejil y la cebolla picada hasta que se doren y añadir la cucharada de paté, removerlo todo y flambear con el vino e inmediatamente apagar el fuego. Todo esto se bate haciendo una salsa, la cual se vierte sobre las huevas ya cortadas en rodajas, y las navajas, que han sido dispuestas en una bandeja previamente.

Preparação:

Em primeiro lugar cozem-se as ovas e as navalheiras e colocam-se de parte. Numa caçarola, refoga-se a salsa e a cebola picada até dourar, e junta-se o paté. Mexe-se tudo, flameja-se com o vinho e imediatamente apaga-se o lume. Passa-se tudo com a varinha mágica, para fazer o molho, que vai cobrir as ovas e as navalheiras, que previamente foram dispostas sobre um tabuleiro.

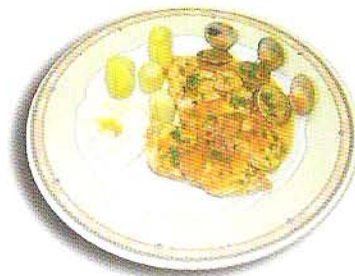
RAPE A LA MARINERA RAPE A LA MARINERA

Preparación:

En una cazuela se pone un poco de aceite de oliva con una cebolla bien picadita, se sofríe, se le añade la salsa de tomate y el vino y se pone el rape junto con las almejas y las colas de gambas y se deja cocer durante 10 minutos moviendo constantemente.

Preparação:

Numa caçarola coloca-se um pouco de azeite com uma cebola bem picadinha e deixa-se alourar um pouco. Junta-se o molho de tomate, o vinho, o tamboril, as amêijoas e as caudas de gamba; deixa-se cozer durante 10 minutos mexendo sempre.



Ingredientes:

- Rape
- Almejas
- Colas de gambas
- Salsa de tomate
- Aceite
- Cebolla
- Sal
- Perejil picado
- Vino Blanco

- Tamboril
- Amêijoas
- Caudas de gamba
- Molho de tomate
- Azeite
- Cebola
- Sal
- Salsa picada
- Vinho branco

COQUINAS CON PULPO CONQUILHAS COM POLVO



Ingredientes:

- 1 kg. de coquinas
- 500 gr. de pulpo previamente cocido
- 2 dientes de ajos picados
- Un poco de perejil picado
- 0,25 l de aceite de oliva
- 0,5 vaso de vino blanco
- Un poco de sal

- 1 kg de conquilhas
- 500 g de polvo cozido
- 2 dentes de alho picados
- salsa picada
- 0,25 l de azeite
- 0,5 copo de vinho branco
- sal

Preparación:

Se pone a fuego lento, una cazuela de barro, con un chorro de aceite, tras unos segundos se añaden el resto de ingredientes. El ajo es preferible cortado en láminas. Una vez añadidos todos los ingredientes, se tapa la cazuela y se le da un poco más de fuego, hasta que abran todas las coquinas. Debemos zarandear de vez en cuando la cazuela, para que el pulpo no se quemé. Poner una ramita de perejil por encima al servir.

Preparação:

Coloca-se em lume brando uma caçarola de barro com um fio de azeite e uns segundos depois juntam-se os restantes ingredientes, tapa-se a caçarola e aumenta-se um pouco o lume, até que abram todas as conquilhas. Devemos mexer energeticamente a caçarola de vez em quando para que o polvo não se queime. Para servir, decorar com um pouco de salsa.

ALBÓNDIGAS DE CHOCO ALMONDEGAS DE CHOCO



Preparación:

Picar el choco troceado, ajos, perejil y una pizca de pimienta todo en una picadora eléctrica. Se hacen bolas con la picada y se pasan por pan rallado y huevo batido. Se fríen en abundante aceite que queden doradas pero no del todo hechas por dentro. Para la salsa, refreír ajo, cebolla, pimiento rojo y verde, caldo de pescado, azafrán, sal y vino moscatel.

Preparação:

Corte o choco e ponha-o juntamente com os alhos e uma pitada de pimenta na picadora eléctrica. Fazem-se bolas com o picado que se passam por ovo batido e pão ralado. Fritam-se em azeite abundante para que fiquem douradas por fora, mas não totalmente passadas por dentro. Para o molho, fritar os alhos, a cebola, os pimentos, o caldo de peixe, o açafão, o sal e o vinho moscatel.

Ingredientes:

- 1 kg. de chocos limpios
- 1 vaso de vino moscatel
- 4 dientes de ajo
- 2 cebollas
- Perejil
- 6 huevos y pan rallado
- 1/2 vaso de vino moscatel
- Pimienta negra molida
- 1 pimiento verde
- 1 pimiento rojo
- 1/2 vaso de caldo de pescado
- Azafrán, sal marina y aceite

- 1 kg. de chocos limpos
- 4 dentes de alho
- 2 cebolas
- Salsa
- Pimenta preta moída
- 6 ovos, pão ralado
- 1/2 copo de vinho moscatel
- 1 pimento vermelho e 1 verde
- 1/2 copo de caldo knorr de peixe
- Açafão, sal e azeite

REVUELTO DE GAMBAS CON JAMÓN IBÉRICO OVOS MEXIDOS COM GAMBAS E PRESUNTO IBERÍCO



Ingredientes:

- 100 cl de aceite de oliva
 - 4 dientes de ajos
 - 300 gr de gambas peladas
 - 80 gr de jamón ibérico
 - 4 huevos
 - Sal al gusto
-
- 100 cl de azeite
 - 4 dentes de alho
 - 300 g de gambas descascadas
 - 80 g de presunto ibérico
 - 4 ovos
 - Sal

Preparación:

En una sartén con aceite caliente ponemos los ajos en lonchas a dorar.

Una vez dorados los ajos, añadir las gambas peladas y rehogar, hasta coger un color rojizo. A continuación, añadir los huevos y un poco de sal, rehogar hasta obtener un punto jugoso. Retirar del fuego, colocar el jamón y servir.

Preparação:

Numa frigideira com azeite quente colocamos os alhos em lâminas a alourar. Quando estiverem dourados, juntam-se as gambas e refoga-se até terem uma cor avermelhada. Em seguida, juntamos os ovos mexido, um pouco de sal e refogamos até obter um ponto suculento. Tiramos do lume, juntamos o presunto e está pronto a servir.

MERLUZA AL CARNAVAL PESCADA AL CARNAVAL

Preparación:

En una sartén con aceite caliente añadir los ajos y dorar. Poner la merluza, añadir el vino, y sal al gusto. Hervir durante 5 minutos. En un mortero mezclar ajos, perejil y agua. Una vez majados se lo agregamos y dejamos hervir 10 minutos más. Añadir las gambas y almejas, cocer unos minutos y apartar, cortamos el jamón en tiritas finas y los morrones picaditos y se lo añadimos. Listo para servir.

Preparação:

Numa frigideira com azeite quente douram-se os alhos. Colocar a pescada, juntar o vinho e o sal e deixar ferver durante 5 minutos. Num almofariz misturar alho, salsa e água. Uma vez esmagados juntam-se à pescada e deixa-se ferver 10 minutos mais. Juntam-se as gambas e as amêijoas e deixa-se cozer uns minutos. Tirar do lume e juntar o presunto cortado em tiras finas e os pimentos picados. Pronto para servir.



Ingredientes:

- 4 rodajas de merluza (1 kg aprox.)
 - 50 gr. gambas peladas
 - 150 gr. almejas
 - 50 gr. jamón ibérico
 - 100 cl. aceite de Oliva
 - 1 vaso de vino blanco del Condado
 - Perejil
 - Pimientos morrones
 - Sal al gusto
 - Ajos
-
- 4 postas de pescada (1 kg aprox.)
 - 50 g de gambas descascadas
 - 150 g de amêijoas
 - 50 g de presunto ibérico
 - 100 cl de azeite
 - 1 copo de vinho branco do Condado
 - Salsa, pimentos "morrones" e sal
 - alhos



GAMBAS AL AJILLO GAMBAS AL AJILLO

Preparación:

Poner al fuego medio una cazuela de barro pequeña con los ajos, aceite, guindilla y sal, hasta que hierva bien. Agregar las gambas, mover, dejar hervir un minuto y servir.

Preparação:

Numa caçarola de barro pequena, em lume médio, colocar os alhos, o azeite, a malagueta e o sal, até que ferva bem. Juntar as gambas, mexer, deixar ferver um minuto e servir.

Ingredientes:

- 150 g de gambas peladas
 - 4 dientes de ajo picados en láminas
 - 1 guindilla
 - Sal
 - Aceite
-
- 150 g de gambas descascadas
 - 4 dentes de alho cortados en lâminas
 - 1 malagueta
 - Sal
 - Azeite

HABAS CON CHOCOS FAVAS COM CHOCO

Preparación:

Se prepara un fondo con cebolla, tomate, ajo y aceite de oliva virgen. Se rehoga y se le añade choco. Cuando está a medio cocer se le añaden las habitas, agua y especias al gusto (comino, sal, perejil...), tras cuarenta y cinco minutos de cocción el guiso estará preparado para reposar. Se recomienda chocos a partir de 1 kg. de peso y fresco. El guiso adquiere su punto justo de textura y sabor a partir de, al menos, dos horas de reposo.

Preparação:

Prepara-se um fundo com cebola, tomate, alho e azeite virgem. Refoga-se e junta-se o choco. Quando estiver meio cozido, juntam-se as favas, água e especiarias a gosto (cominhos, sal, salsa...). Depois de cozer durante 45 minutos, o guisado está pronto para repousar. Recomenda-se utilizar chocos a partir de 1 kg de peso e frescos. O guisado adquire o seu ponto exacto de textura e gosto a partir de pelo menos duas horas de repouso.



Ingredientes:

- Cebolla
 - Tomate
 - Ajo
 - Aceite de oliva virgen
 - Habitas
 - Choco
 - Especias al gusto
-
- Cebola
 - Tomate
 - Alho
 - Azeite
 - Choco
 - Favas
 - Especiarias a gosto



postre/*sobremesa*



Ingredientes:

- 250 gr. de harina
 - 1 vasito de vino blanco
 - 1 cucharadita de matalahúva
 - un pellizco de canela molida
 - Almendras
 - Cabello de ángel
 - 2 huevos
 - 2 cucharadas de azúcar
 - 1 cucharada de anís
 - 1 cáscara de limón
 - 1 vaso de aceite
-
- 250 g de farinha
 - 1 copo de vinho branco
 - 1 colher de café de erva-doce
 - 1 pitada de canela em pó
 - Amêndoas
 - Gila
 - 2 ovos
 - 2 colheres de açúcar
 - 2 colher de anís
 - 1 casca de limão
 - 1 copo de azeite

COCA ISLEÑA COCA ISLEÑA

Preparación:

Poner a calentar aceite. Añadirle cáscara de limón. Retirarle y añadir anís, vino blanco y matalahúva. Poner la harina en un cuenco y poco a poco le incorporamos el líquido. Amasar bien y poner la masa sobre un papel de aluminio dentro de un molde redondo para horno. Espolvorear con azúcar el fondo, canela molida y ralladura de limón. Batir dos huevos e incorporar a la masa. Poner una capa de almendras picadas, otra de cabello de ángel y otra de almendras. Añadir la mezcla de 6 huevos batidos con un vaso de aceite, espolvorear con azúcar y hornear 30 minutos.

Preparação:

Aquecer o azeite e juntar-lhe a casca de limão. Retirá-la e juntar o anís, o vinho e a erva-doce. Pôr a farinha numa tigela e pouco a pouco ir juntando o líquido. Amassar bem e pôr a massa numa forma redonda para forno, sobre papel de alumínio, polvilhado com açúcar, canela e raspa de limão. Bater dois ovos e juntar à massa. Colocar uma camada de amêndoas, outra de gila e outra de amêndoas. Juntar a mistura de 6 ovos batidos com um copo de azeite, polvilhar com açúcar e levar ao forno durante 30 minutos.

NATA CON FRESAS MORANGOS COM CHANTILLY

Preparación:

En una copa ponemos una bola de helado de nata, fresas de Lepe picadas y sirope de fresa. Todo ello cubierto con nata montada; si se desea se puede decorar con distintas piezas de frutas.

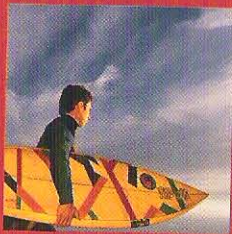
Preparação:

Numa taça colocamos uma bola de gelado de natas, morangos de Lepe cortados e o xarope de morango. Cobre-se tudo com as natas batidas e pode-se também decorar com diferentes frutas.



Ingredientes:

- Helado de nata
 - Fresas de Lepe
 - Sirope de fresa
 - Nata montada
 - Frutas
-
- Gelado de natas
 - Morangos de Lepe
 - Xarope de morango
 - Chantilly
 - Frutas



restaurantes/*restaurantes*

ISLA CRISTINA

BRASERÍA LOS FAROLES

C/ Conde Valtellano.

Tlf.: 959 332 552

Abierto todo el año.

Descanso: Lunes y martes en invierno.

Especialidades: Carnes a la brasa, berenjenas con salmorejo, pimientos del piquillo, revueltos de bacalao y una amplia carta de vinos.

CASA CACHERÓN

C/ Emiliano Cabot, 51.

Tlf.: 959 332 682

Abierto todo el año.

Descanso: Domingo por la tarde y lunes en invierno.

Lunes en verano.

Especialidades: Pescados y arroces.

CASA PEPETE

C/ Mercado.

Tlf.: 959 330348

Invierno: Abierto sólo fines de semana.

Verano: Abierto todos los días.

Especialidad: Raya en pimentón

CASA PEPIN

Playa Central.

Tlf.: 959 332 399

Abierto desde Febrero hasta Noviembre.

Descanso: Martes y todas las tardes en invierno.

Especialidades: Atún al ajillo y garbanzo con gambas.

CASA RUFINO

Playa Central, s/n.

Tlf.: 959 330 810

Fax: 959 343 470

e-mail: jsrufino@casarufino.com

www.casarufino.com

Descanso: 22 dic-15 feb

Abierto sólo almuerzo: 16 feb.-21 dic.

Cenas y almuerzos: 15 de julio-31 de octubre.

Especialidad: Tonto (menú degustación para cuatro personas)

CRISTINA

Av. Federico Silva Muñoz.

Edificio Levante.

Tlf.: 959 344 133

Abierto todo el año.

Descanso: Lunes en invierno.

Especialidades: Guisos marineros, pescado y marisco.

RESTAURANTE CURRO

Bda. del Cortijo, s/n.

Tlf.: 959 343 633

Abierto todo el año.

Especialidad: El menú del día.



HERMANOS MORENO

Padre Mirabent, 29.

Tlf.: 959 343 571

Abierto todo el año.

Descanso: Domingo en invierno.

Domingo por la mañana en verano.

Especialidad: atún al horno relleno y guisos marineros,

EL GATO

Faneca, 51.

Tlf.: 959 332 912

Móvil: 617 739 390

Descanso después del puente de la Inmaculada hasta Reyes e-mail: elgatocheff@yahoo.es

Especialidades: Carnes ibéricas, cordero lechado, guisos marineros, cataplanas, arroces, pulpo al gato, calamares al champán, bogavantes, langosta plancha.

EL PESCADOR

Padre Mirabent, 29.

Tlf.: 959 343 635

Fax: 959 331 532

Abierto todo el año.

Descanso: domingos por la tarde en invierno.

Especialidades: Guisos marineros y mariscos.

FORTUNA

Profesor Ramón Noya, 3

Tlf.: 959 330 484

Verano: Abierto todos los días.

Invierno: Abierto en puentes, fiestas, Navidad y Semana Santa.

Especialidades: Guisos marineros y mariscos.

HNOS REYES

Paseo de las Flores, 7

Tlf.: 959 331 051

Abierto todo el año.

Especialidades: Atún mechado, pescados y mariscos.

HOSTERIA EL ESTUDIANTE

Extremadura, s/n

Tlf.: 959 331 358

Abierto todo el año.

Descanso: la tarde del martes y el miércoles en invierno.

Miércoles en verano.

Especialidades: Carne, Cochinillo, Pescados, Mariscos y Bacalao a la Roteña.

LA GOLA

Jerónimo S. Castillo, s/n

Tlf.: 959 332 509

Descanso: Noviembre.

Abierto el resto del año, descanso jueves.

Especialidades: Pescados y Mariscos frescos, raya en pimentón, navajas en salsa, corvina en salsa a la Gola.

LAS MARISMAS

C/ Valenciano, 6 bajo.

Tlf.: 959 343 128

Fax: 959 332 286

E-mail:

lasmarismas@facmar.com

Abierto todo el año.

Descanso: Lunes.

Especialidades: Pollo asado, pescado frito, platos combinados y menú del día.





RESTAURANTE LOS ESTUDIANTES

C/ Emiliano Cabot, 37.
Tlf: 959 331 063
Descanso: del 1 al 15 de septiembre.

Abierto el resto del año.
Especialidades: Atún a la marinera, pulpo a la gallega y comidas caseras.

RESTAURANTE LA SAL

Paseo de las flores, 13.
Tlf: 959 331 420
Móvil: 670 375 191
E-mail: lasal@lasalrestaurante.es
Web: www.lasalrestaurante.es
Cerrado: Octubre o noviembre.
Especialidad: Pescado y marisco de la lonja de Isla Cristina, atún rojo de almadraba

RESTAURANTE LA BOCCANA

Mulle Martínez Catena, 6.
Tlf: 959 343 071
Abierto todo el año.
Descanso: Lunes.
Especialidad: Atún fresco con diversas elaboraciones, cocina tradicional revisitada

TABERNA TÍO JUAN, BRASERIA-MARISQUERIA

C/ San Antonio, 31.
Tlf: 959 343 627
Abierto todo el año.
Descanso: Lunes por la mañana.
Especialidad: Carne al carbón.



RESTAURANTE ZARANDAS

Hotel Isla Cristina Palace.
Avda. del Parque, 148.
Tlf: 959 344 499
Cerrado: desde el 1 de noviembre hasta Semana Santa.
Abierto el resto del año, y cerrado los lunes.
Especialidad: Pescados y mariscos de la zona, cocina tradicional hindú y japonesa.

RESTAURANTE

CASA MANOLO JAPONÉS

Conde Vallellano, 21.
Tlf: 959 330 945
Cerrado: del 15 de octubre al 1 de noviembre
Abierto el resto del año, y cerrado los lunes desde octubre a mayo.
Especialidad: Atún mechado al horno, bacalao de la casa, urta a la roteña.

MACARENA MARCHENA

Faneca, 44.
Tlf: 959 343 021
Abierto: desde Semana Santa hasta Septiembre.
Especialidad: Mariscos.



MESON LA ISLA

Extremadura, s/n
Tlf: 959 343 018
Abierto todo el año.
Descanso: miércoles en invierno.
Especialidades: Guisos marineros, cocina tradicional, pescados y mariscos.

RESTAURANTE OCEANO

Carretera playa, s/n (playa central).
Tlf: 959 330 038
Abierto en verano y festivos.
Especialidades: Pescados y mariscos

PIZZERIA BUENOS AIRES

Armada Española, s/n.
Tlf: 959 344 378
Descanso: 15-30 de noviembre y 15-31 de enero.
Abierto el resto del año, cerrado miércoles por la mañana.
Especialidades: Pastas y pizzas

RESTAURANTE CHINO CASA DE ORO

Avda. Angel Pérez, 6.
Tlf: 959 343 919
Abierto todo el año.
Especialidad: Comida china.

CASA JOAQUIN - EL COLESTEROL

Bda. De la Estación, 30.
Tlf: 959 343 894
Abierto todo el año.
Descanso: Miércoles.
Especialidades: Carne a la brasa y vino mosto.

RESTAURANTE / SALON DE BODAS PINO GRANDE

Carretera Ayamonte-Huelva, 7.
Teléfono -fax: 959 343 949
Abierto desde diciembre hasta octubre.
Descanso: Domingo.
Especialidades: Carnes al carbón, pescados, paellas y banquetes.

RESTAURANTE ATLANTICO

Ballena, s/n.
Playa de Urbasur.
Tlf: 959 486 337
e-mail: atlantico@playasdehuelva.com
Abierto en Semana Santa, festivos, puentes y verano.
Especialidades: pescados y mariscos.

RESTAURANTE EL QUIJOTE

C/ Ballena, local 2.
Playa de Urbasur
Tlf: 959 486 384
Abierto desde el 1 de febrero hasta 14 de diciembre.
Especialidades: Corvina al cava y variedad de mariscos



RESTAURANTE LA PLEAMAR

C/ Ballena, s/n.
Playa de Urbasur.
Tlf: 959 486 289
e-mail:
lpleamar@playasdehuelva.com
Abierto todo el año.
Descanso: Lunes.
Especialidades: Arroces.



RESTAURANTE NEPTUNO

C/ Mero, s/n, bajo.
Playa de Urbasur.
Tlf: 959 341 164
Abierto desde el 25 de febrero hasta octubre.
Especialidades: Paella, fideguá, atún salsa-perdiz.

LA BODEGUITA - HOTEL OASIS ISLANTILLA

Av. Islantilla, s/n.
Tlf/fax: 959 486 422 / 959 486 431
e-mail:
repcionoasis@islantilla.com
www.hotelesoasis.com
Cerrado: De octubre a Semana Santa.
Especialidad: Gastronomía típica.

LA GALERA - HOTEL OASIS ISLANTILLA

Av. Islantilla, s/n.
Tlf/fax: 959 486 422 / 959 486 431
e-mail:
repcionoasis@islantilla.com
www.hotelesoasis.com
Abierto mañanas y tardes/noches.
Descanso: De octubre a Semana Santa.
Especialidad: Cocina italiana.

ISLANTILLA

VEN DE TAPAS.ES - HOTEL CONFORTTEL ISLANTILLA

Av. Islantilla, s/n.
Tlf/Fax: 959 486 017 / 959 486 070
e-mail:
islantilla.confortel@once.es
Cerrado: Enero y 1ª quincena de febrero.
Especialidad: Tapas, pescado fresco y chacinas.

HOTEL ISLANTILLA GOLF RESORT-BEACH CLUB

Paseo del Barranco del Moro, s/n.
Tlf/ fax: 959 646 070 / 959 486 203
e-mail:
reservaf@islantillagolfresort.com
www.islantillagolfresort.com
Abierto todo el año.
Especialidad: Cocina mediterránea y productos de la zona.

HOTEL ISLANTILLA GOLF RESORT-CLUB DE GOLF

Paseo del Barranco del Moro, s/n.
Tlf/ fax: 959 486 039 / 959 486 203
e-mail:
reserva@islantillagolfresort.com
www.islantillagolfresort.com
Abierto todo el año.
Especialidad: Cocina italiana.

BETURIA /PUERTO ANTILLA GRAND HOTEL

Av. Islantilla, s/n.
Tlf/fax: 959 625100 / 959 486100
e-mail:
reservas@puertoantilla.com
www.puertoantilla.com
Descanso: Desde diciembre hasta febrero.
HOTEL IBEROSTAR ISLANTILLA
Av. Riofrio, s/n.
Tlf/fax: 959 646 200 / 959 486 508
e-mail: islantilla@iberostar.com

Descanso: 2ª quincena de noviembre.
Especialidad: Buffet.

ESCUELA DE HOSTELERIA

Av. Islantilla, s/n
Tlf/fax: 959 646 026 / 959 646 099
e-mail:
administración@ehislantilla.com
www.ehislantilla.com
Descanso: Periodos de vacaciones, Navidad, Semana Santa, agosto y diez primeros días de septiembre.
Especialidad: Cocina elaborada tradicional con productos de Huelva.

CASA PACO

Av. Islantilla, s/n.
Centro Comercial de Islantilla.
Tlf/fax: 959 486 693
Descanso: desde Octubre hasta Febrero.
Especialidades: Brocheta de carne, pescado y marisco de la zona.

LOS ITALIANOS

Av. Islantilla, s/n.
Centro Comercial de Islantilla.
Tlf/fax: 959 486 682
Descanso: Desde Noviembre hasta Febrero.
Especialidad: Cocina italiana.



MESON LAS MARISMAS

Av. Islantilla, s/n.
Centro Comercial de Islantilla.
Tlf/ fax: 959 646 024
Abierto todo el año.
Especialidades: Pescado de la costa, carne y chacina de la sierra.

BAR LA TERRAZA

Av. Islantilla, s/n.
Centro Comercial de Islantilla.
Tlf/fax: 959 486 290
Abierto todo el año.
Especialidades: Mariscos de la costa y fritos variados.

BAHIA PLAYA

Av. Islantilla, s/n.
Centro Comercial de Islantilla.
Tlf/fax: 959 486 602

Abierto todo el año.
Especialidades: Paella y arroz a la marinera.

MACHAQUITO

Av. Islantilla, s/n.
Centro Comercial de Islantilla.
Tlf/fax: 959 486 598 / 959 486 599
Descanso: Navidad.
Especialidades: El guiso marinero.

CERVECERIA 100 MONTADITOS

Av. Islantilla, s/n.
Centro Comercial de Islantilla.
Tlf: 902 197 494
franquicias@cervceria100montaditos.com
Descanso: sólo abre en vacaciones.
Especialidades: Montaditos.

MARISQUERÍA DEL SUR

Av. Islantilla, s/n.
Centro Comercial de Islantilla.
Descanso: solo abre en vacaciones.
Especialidad: Marisco.

LEPE

LA RINCONÁ

C/ Rinconá.
Tlf: 959 380 023
Descanso: Martes.
Especialidades: Pescados y mariscos frescos de la costa, carnes a la parrilla.



BAR FELIPE

C/ Alonso Barba, 36.
Tlf: 959 380 256
e-mail: barfelipe@lepeweb.com
Descanso: Domingo.
Especialidades: Tapas variadas (hígado a la plancha) y pescados fritos.



PEÑA CULTURAL FLAMENCA DE LEPE

C/ Rinconá, 8.
Descanso: Martes.
Especialidades: Pescados fritos, carnes a la plancha, marisco y jamón.

RESTAURANTE TRATTORIA

Avda. de Andalucía, s/n (frente a Centro Comercial Marina Ocio).
Tlf: 959 382 867
Fax: 959 645 064
Abierto todos los días, servicio a domicilio.
Especialidades: comida italiana.

EL OTRO SITIO

C/ Oria Castañeda, 10.
Tlf: 959 380 093
Fax: 959 645 064
Descanso: Domingo.
Especialidades: cocina del autor.

MESÓN JABUGO

Avda. Diputación, s/n.
Tlf/ Fax 959 384 390
Especialidades: Chacinas, carnes ibéricas, parrilladas, comidas caseras, vino.

REVUELTA

C/ Alonso Barba, 1.
Tlf: 959 380 084
Especialidades: Guisos (paellas, fideo a la marinera) y tapas variadas.

CACHITO

Avda Blas Infante, s/n.
Tlf: 959 383 004
Cerrado: 1ª quincena de octubre.
Especialidades: Tapas.

MESÓN-BRASERÍA EL LAGAR

C/ Mayor, s/n.
Tlf: 696 960 162
Cerrado los lunes.
Especialidades: Carne a la brasa.

CASA MARIANO

C/ Mayor, 29.
Tlf: 959 380 463
Cerrado: 2ª quincena de agosto.
Abierto el resto del año, excepto domingos por la mañana.
Especialidades: Atún de la abuela.

LA ANTILLA

EL CORAL

C/ Estrella del Mar, 3.
Tlf/fax: 959 481681
e-mail: restaurantelcoralplaya.com
www.coralplaya.com
Descanso: Lunes, excepto agosto.
Especialidades: Pescados, mariscos y rape a la marinera.

RODRI

C/ Bergantín, s/n.
Tlf: 959 481 499
Especialidades: Chocos a la plancha y menú económico.

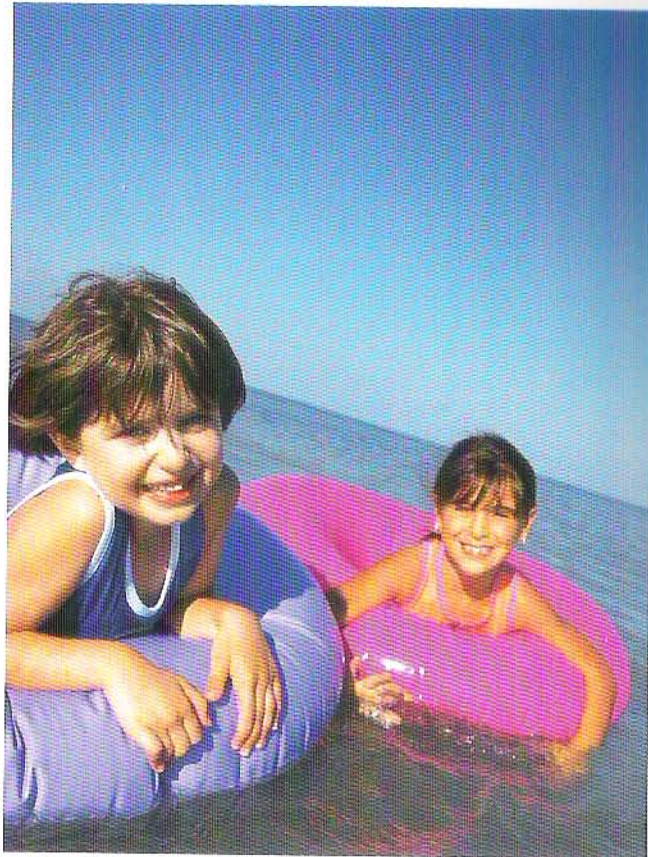
O'BARCO

Avda. Huelva, s/n.
Tlf: 959 481 567
Fax: 959 384 738
Descanso: martes, excepto en verano.
Especialidades: Bacalao y arroces.

REVUELTA

C/ Balándros, BL, Bj.
Tlf: 959 481630
Especialidades: Guisos (paella, fideos marinera, tapas variadas, pescados y mariscos de la costa).





CHIRINGUITO LOLO TEJERO

Urbanización Vera del Mar, 1ª línea de playa.

Tlf: 959 481 052

Descanso: Temporada baja.

Especialidades: Arroz de marisco, pescados al gusto y mariscos.

NUEVO OCÉANO

C/ Extremadura Bl. 3, planta baja.

Tlf: 959 480 101

Descanso: En temporada baja de lunes a jueves.

Especialidades: Salmorejo y pescados de la zona.

PIZZERÍA DANIEL

Avda. Castilla, Edificio Esturión

Tlf: 959 480 064

Abierto todos los días.

Especialidades: Pizzas.

FERIA

Avda. Castilla, s/n.

Tlf: 959 481 493

Cerrado los martes.

Especialidades: Pescados.

RESTAURANTE LINO

Avda. Castilla, 2.

Tlf: 959 481 263

BURGUER LINO

Avda. Castilla, s/n.

Tlf: 959 481 263

PIZZERIA PAVAROTTI

Avda. San Francisco Javier, 3.

Tlf: 959 481 119

Día de cierre: En invierno los martes. En verano abierto todos los días.

Especialidades: Comida italiana.

RESTAURANTE EL ÁLAMO

Avda. Castilla, s/n

Tlf: 959 481 018 / 655 849 285

Día de cierre: En invierno los martes. En verano abierto todos los días.

Especialidades: Pescados, carnes y mariscos.

EL TERRÓN

LA ERMITA

Puerto El Terrón.

Tlf: 959 383 877 / 679 951 001

Abierto: Días laborables desde las 20:00h, fines de semana y festivos.

Especialidades: Pescados frescos y carnes.

SEÑORA MARÍA

Puerto El Terrón.

Tlf/fax: 959 380 930

Descanso: Domingos tardes en temporada baja.

Especialidades: Pescaito frito de la costa y a la plancha.

EL ANCLA

Puerto El Terrón.

Tlf: 959 380 452

Fax: 959380 624

Descanso: Lunes.

Especialidad: Mariscos y pescados.

CORO

Puerto El Terrón.

Tlf/fax: 959 381513

Descanso: Martes.

Especialidad: Pescados frescos, mariscos y tapas variadas.

CASA REVUELTA -

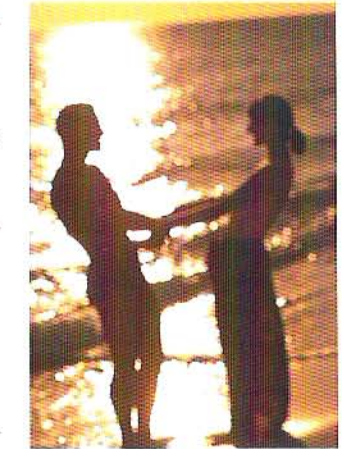
RESTAURANTE LA BELLA

Puerto El Terrón.

Tlf: 959 380 261

Abierto: Todo el día, descanso temporada baja.

Especialidades: Pescaito frito de la costa y pulpos del Atlántico.



EL PUERTO

Puerto El Terrón.

Tlf: 959 382 245

Abierto todo el año.

Especialidades: Pescaito frito y marisco al gusto.

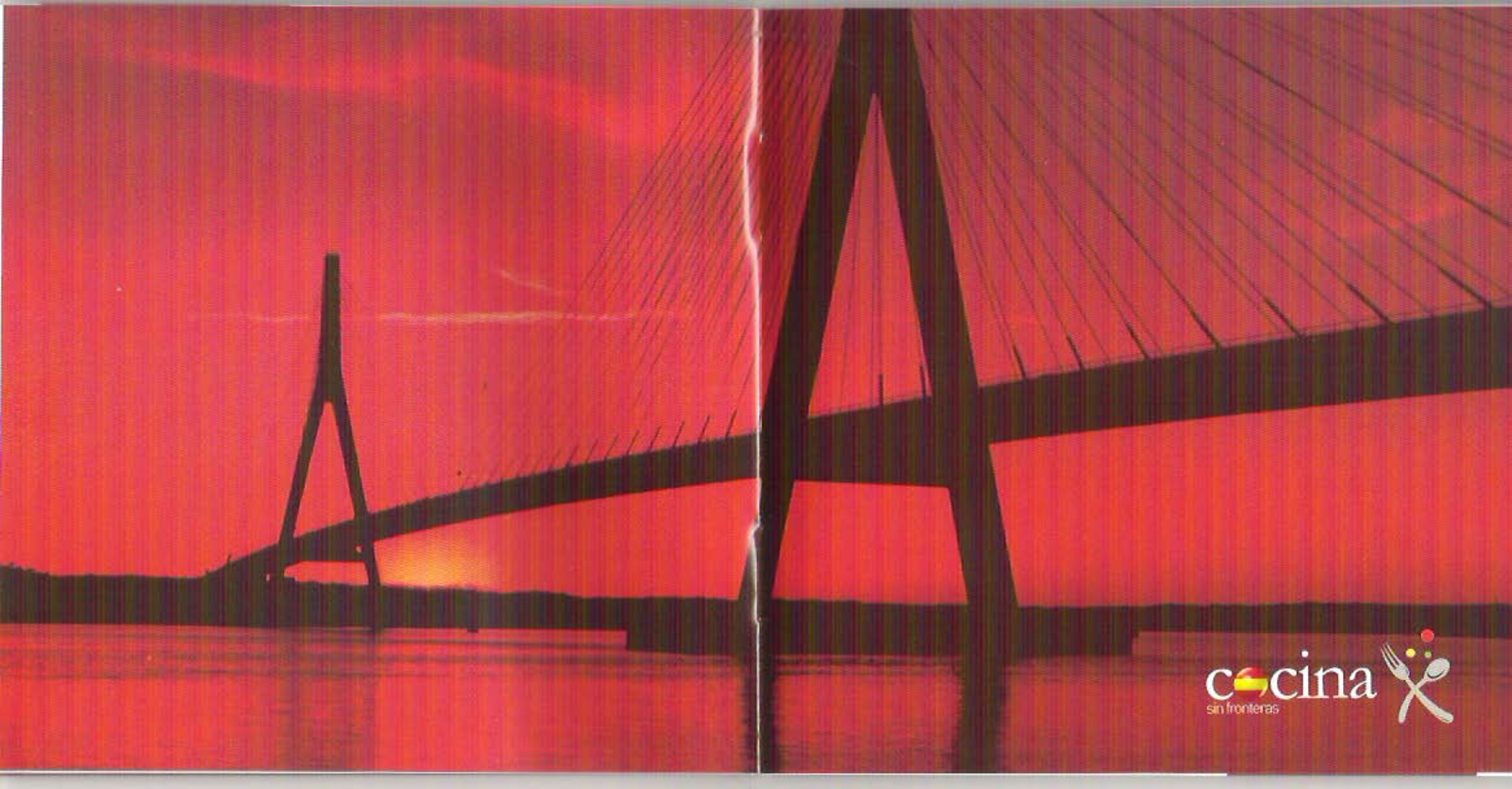
EL RINCÓN DE RAFA

Recinto Romero.

Tlf: 959 383 727

Cerrado los lunes a mediodía.

Especialidades: Arroz a la marinera, variedad de marisco a la plancha, calamares del campo.



cocina
sin fronteras

