

smakresan

Höga berg och dramatisk kust. Asturien bjuder ögat på magisk natur. Smaklökarna får sitt av havets läckerheter och osten cabrales. Och vi sköljer förstås ner med cider – för nu reser vi i Spaniens stora ciderdistrikt.

AV MALIN HEFVELIN FOTO LINDA ROMPPALA

Aptit på ASTURIEN



SMAKFULLT PÅ BORDET

Ost har en självklar plats på middagsbordet. I Asturien produceras 36 sorter. Mest berömd är blåmögelosten Cabrales.



VID ATLANTENS KUST

Fiskebyn Cudillero ligger väl skyddad i en vik. Byn är naturligt uppbyggd som en amfiteater med torget som självklar scen där allt händer.

smakresan

APTIT PÅ ASTURIEN

”Cider passar utmärkt när man äter många olika rätter. Den fräscha, syrliga drycken renar och förbereder för varje ny smak”

LJUDET AV KOSKÄLLOR väcker mig. Den oregelbundna, lite dova klangen kommer att bli den här resans soundtrack. Ljudet av kornas rörelser längs med bergssidorna är både vackert och rogivande.

Vi befinner oss på värdshuset Montaña Mágica, högt uppe i bergen ovanför Costa Verde, Asturiens gröna Atlantkust. I dalen nedanför står några hästar av Asturcón-rasen, en lokal ponny som är både tålig och påhittig för att kunna överleva i de tuffa förhållandena uppe i bergen. Just påhittigheten gör sig påmind när två av dem plötsligt kommer galopperande på en stenlagd väg nedanför fönstret, med en bil efter sig.

– De där två brukar jämt rymma, förklarar värdshusvärden Carlos Bueno när vi möter honom till frukosten, men han försäkrar att hästarna brukar trava hemåt förr eller senare.

Han hittade den förfallna caserian, gården, för över 20 år sedan.

– Jag restaurerade den själv på fritiden, och skapade den här magiska platsen uppe i bergen för min familj och mina gäster. Nu skulle jag inte kunna tänka mig att leva någon annanstans.

I fjärran, inåt landet, höjer sig bergsmassivet Picos de Europa. Massivets taggiga toppar står i stark kontrast till de gröna sluttningarna som utgör området mellan inlandet och kusten.

Vi gör en dagtripp till charmiga byn Llanes, en liten pärla vid kusten. I hamnens nyrenoverade fiskmarknad saluförs tonfisk,

havsabborre, djävulsrocka, torsk, sardiner, bläckfisk, krabbor och hummer varje dag. Förutom fantastisk färsk fisk är regionen känd för sin cider. Drycken passar utmärkt när man äter många olika typer av rätter, som tapas. Insatta menar att den fräscha, syrliga drycken renar och förbereder för varje ny smak.

Vi besöker Sidreria el Cuera vid torget i Llanes för att prova. Servitören ger oss en första demonstration av hur det traditionella ciderhållandet går till, en lekfull gastronomisk ritual som varje bartender med självaktning säger sig bemästra. Cidern ska hållas från hög höjd för att syresätta drycken som inte är naturligt kolsyrad. Med en låg trätunna vid fötterna lyckas vår servitör pricka det mesta i glaset och resten i tunnan. Sen gäller det att snabbt hålla i sig den munfull som hållts i glaset, innan bubblen försvinner och drycken blir platt och jästig igen.

Cidern är en viktig del av det asturiska kulturarvet. Många producera sin egen och det finns flera hundra små ciderfabriker här i Asturien. Merparten av produktionen går aldrig till någon butik, utan säljs direkt till familj och vänner.

Bergen som vi tidigare bara skymtat på avstånd kommer allt närmare när vi kör längre in i landet. Som alla kalkstensmassiv är Picos de Europa dramatiskt med sina branta klippväggar. Vi möter bergsguiden Juanjo Álvarez som ska ta oss upp till den isolerade byn Bulnes. Byn kan bara nås via en bergbana som går genom berget. Efter en skramlig tur genom berget vandrar vi från bergbanans topstation till några övergivna byar. Blåa fjärilar fladdrar framför fötterna och slånbarssnår och fikonsträd kantar stigen när vi följer en liten bäck uppströms. Här bjuds storslagna vyer över dalen.

Picos de Europa är ett vandrarparadis med Bulnes som perfekt utgångspunkt för den mittersta av Picos tre toppar. Den isolerade byn blev mer tillgänglig när bergbanan invigdes 2001. Den har gjort livet här enklare, samtidigt som turismen har ökat på gott och ont. Två vandrarhem har öppnat. Här finns ett par restauranger och några barer, men tack och lov ännu inga souvenirbutiker.

Efter vandringen slår vi oss med gott samvete ner vid några rustika träbord på El Redondín för en stärkande lunch. Nyfriterade pommes frites med smält Cabrales-ost över är nästan beroendeframkallande, liksom grillad chorizo del cidro, en isterbandsliknande korv kokt i cider, som är typisk för regionen. Till det petar vi i oss lövtunna skivor cecina – lufttorkat nötkött.

Asturien har, som alla spanska regioner, sina lokala ätbara specialiteter. Ett exempel på hur landskapet skapat förutsättningarna för lokal produktion är alla ostar. De höga bergen skärmade av dalarna och isolerade byarna som var och en utvecklade egna metoder och recept. Asturien sägs vara det första osttillverkande området i Europa. Idag produceras 36 helt olika typer i regionen, men varianterna är mångfald fler. Fyra ostar har fått skyddad ursprungsbeteckning. Den mest kända är cabrales, en blåmögelost som lagras i grottor i bergsmassivet. Cabrales görs på mjölk från get, ko och får, som alla tillför sina särskilda egenskaper.

Vi besöker Javier Diaz som tillverkar cabrales i Sotres, en av Asturiens högst belägna byar. Han tar oss med till en av sina grottor. Förutom denna har han ytterligare en grotta på 1 800 meters →



VACKERT VÄRDSHUS. Montaña Mágica bjuder på en fantastisk vy över den gröna kusten.



FINT FRUKTIGT
Aprikosen får mogna i sol och på kvist.



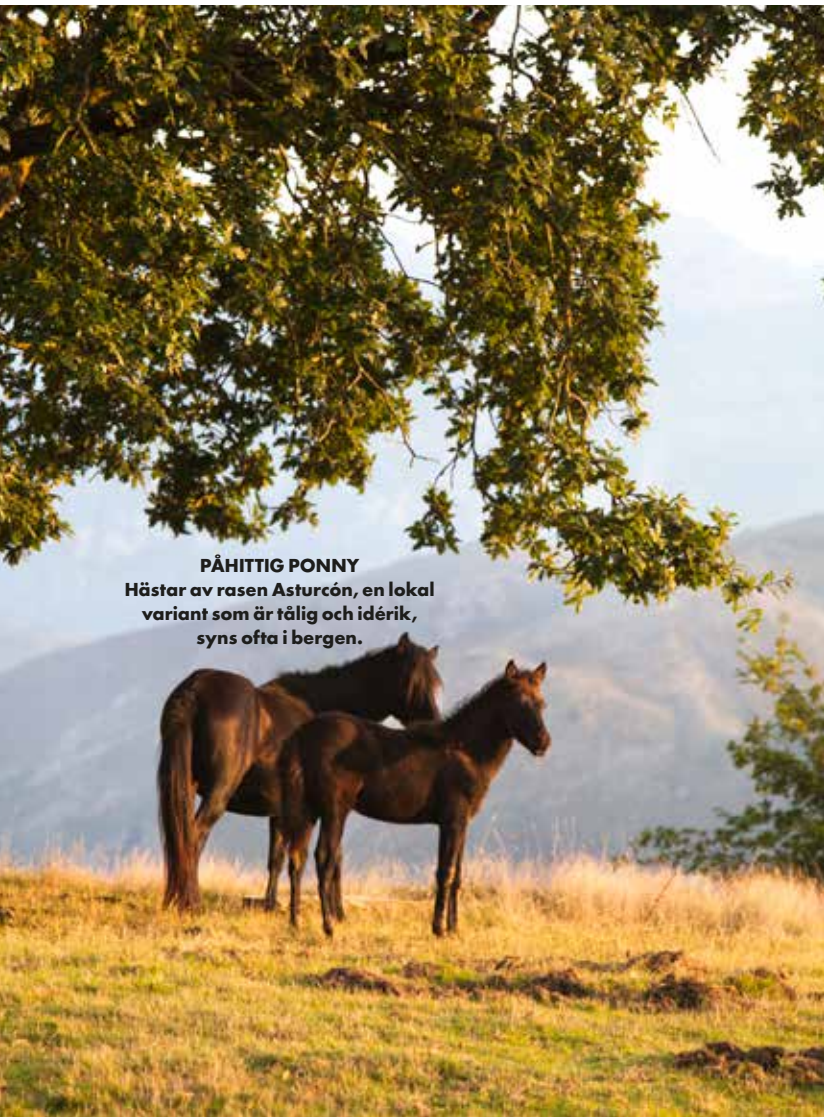
TILL TAKET
Grönarna används till bygget av fåraherdens hydda.



NÄRPRODUCERAT
Patricia Sanchez säljer lokala varor.



ÄTS HELA. Bocartes (grillade sardiner) smakar ljuvligt.



PÅHITTIG PONNY
Hästar av rasen Asturcón, en lokal variant som är tålig och iderik, syns ofta i bergen.



HAVETS LÄCKERHETER
Stora, mjälla musslor får härlig smak av vitlök och salsa verde.



STRANDLIV. I fiskebyn Llanes finns gott om plats för den som är sugen på sol och bad.

”Bra kvalitet på mjölken och god omvårdnad i grottan är nyckeln till den höga kvaliteten på osten cabrales”

höjd. Dit beger han sig bara varannan vecka, eftersom det tar en timme med häst på smala stigar. Det sägs att ju högre upp grottan ligger, desto bättre smak och dyrare ost.

Javier Diaz visar hur han tvättar varje ostrundel omsorgsfullt i vatten som runnit längs väggen på grottan. Det bidrar positivt till mögelfloran och håller bakterierna borta.

– Bra kvalitet på mjölken och god omvårdnad i grottan är nyckeln till den höga kvaliteten, säger Javier som fått mängder av priser för sin blåmögelos.

På väg ner till Sotres ser vi små mahadas, en sorts fåbovallar där fårahedarna bodde under sommaren förr om åren. Nu är flera av dem renoverade och fungerar som sommarhus för bybor och stadsbor. Efter en ansträngande dag på hög höjd anländer vi till värds-huset i Sotres och får slå oss ner i den inbjudande storstugan. En skål fabadas får inleda måltiden. Den traditionella böngrytan finns överallt i Asturien och består förutom av stora vita bönor av tre sorters köttbitar: blodkorv, ciderchorizo och mörkt fläsk. Enkel, vällagad husmanskost som mättar och värmer gott uppe i bergen där temperaturen kan krypa ner mot nollpunkten redan på hösten.

Efter några dagar i bergen vänder vi åter mot kusten. Den autentiska fiskebyn Cudillero är en fantastisk plats att koppla av på. Väl dold i en vinkel bakom bergen ligger staden skyddad mot havet. Husen i den pittoreska hamnen tillhör fortfarande fiskarfamiljer och är målade i olika kulörta färger, samma som på fiskarnas båtar.

Hamnen är full av restauranger. Några är rena turistfällor med oengagerad personal, höga priser och medioker mat, medan andra serverar utsökta skaldjursrätter, cider av högsta klass och erbjuder utomordentlig service. Vi blir rekommenderade att gå till restaurang **Remo** som saknar havsutsikt, men bjuder på genuin mat.

När det är dags att styra kosan mot hotellet inser vi att Cudilleros enda taxibil är upptagen. Några damer i övre pensionsåldern erbjuder oss genast skjuts, trots att det blir en omväg för dem.

– Med ett enkelt liv som vi lever här är gästvänlighet avgörande. Du måste leva i gemenskap med dina medmänniskor för att hjälpa varandra och få hjälp när du själv behöver. Det är en viktig del av kulturen och livsstilen i Asturien, säger de. ●

MATCHAT. Fiskarfamiljerna, som bor i Cudilleros hamn, målar sina hus i samma färg som sina fiskebåtar.



BERGIGT VID HAVET

Asturien är en provins i Spanien och ligger vid Atlantkusten, närmare bestämt vid Biscayabukten. Huvudorten heter Oviedo och har över 200 000 invånare. Landskapet präglas av bergskedjan Picos de Europa och här finns en lång, vacker kuststräcka med många stränder. Fisk, skaldjur, ost och cider är lokala delikatesser.

RESA HIT OCH RUNT

Enklast är att flyga via Madrid eller Barcelona till Oviedo, Santander eller Bilbao med till exempel Iberia eller British Airways.

På samtliga flygplatser finns möjlighet att hyra bil, till exempel på www.avis.se. Asturien har också ett väl utbyggt bussnät som trafikerar vägarna mellan de större städerna. Bokning och tidtabeller finns på www.alsa.es.

MYSIGT BOENDE

La Montaña Mágica, i Llanes, är ett lantligt boende på magiskt vacker plats. De 16 rummen har antingen balkong eller uteplats. www.lamontanamagica.com

Casa Cipriano är ett familjehotell i Sotres, en av de högst belägna byarna i Asturien. Hotellet har 16 rum, enkla men bekväma. I restaurangen serveras rustik lokal mat. www.casacipriano.com

Casona de la Paca, en herrgård beläget ovanför charmiga fiskebyn Cudillero. Stora, vackra rum, en lounge med öppen spis och en prunkande trädgård att strosa runt i. www.casonadelapaca.com

ÄTA GOTT

El Redondín i Bulnes – en vackrare plats får man leta efter. Restaurangen ligger vid ett litet vattenfall, omges av höga berg, och serverar delikatesser som cabrales-ost, lufttorkad skinka och cider. www.elredondin.com

Sidrería El Remo ligger på stora torget mitt i fiskebyn Cudillero och har färsk fisk och skaldjur som specialitet. Utan tvekan en av de bästa i Cudillero! www.sidreriaelremo.com

El Cuera serverar lokal cider på klassiskt vis och erbjuder provsmakningar. Ligger vid det pittoreska torget i Llanes som har flera sköna uteserveringar. www.elcuera.com

SE OCH GÖRA

Vandra – förutom pilgrimsleden till Santiago de Compostela finns mängder av leder, både i bergen och vid kusten. I bergsmassivet Picos de Europa kan man vandra med erfarna lokala bergsguider hos Explore. Runt Somiedo-bergen håller Geoface många organiserade och individuella turer. www.explore.co.uk

www.geoface.es

I princip varenda bar med självaktning i Asturien serverar minst ett par olika sorters cider, och demonstrerar gärna den speciella upphällningstekniken. På cidermuseet i byn Nava, söder om Oviedo, kan man följa äpplets väg från trädet till glaset. www.museodelasidra.com

www.museodelasidra.com

Se hur den lokala osten cabrales blir till. Mitt i byn Sotres har **Jésica López** och **Javier Díaz** byggt ett modern ysteri där man kan följa hela processen och köpa smakprover. www.quesosdecabrales.es