

# *Nafarroa gastronomia da*



Gastronomia esatea elikadura esatea da, baita plazera, kultura, ekonomia eta turismoa esatea ere.

Hiri eta lurralde guztiek amesten dute profil propioko gastronomia bat izatearekin, aurkezpen-gutuna izan ohi delako eta lotura handia duelako nortasunarekin.

Eta Nafarroak badu.

## *Nafarroa, produktutik harago*

Nafarroako gastronomia produktuko gastronomia izan da beti. Unibertso horretako “harribitxi” preziatuenak jaso, barneratu eta zaintzen ditugu: zainzuriak, piperrak, barazkiak, haragiak, gaztak, ardoak...

Baina, azken garai hauetan, gako berri batzuk azaltzen ari zaizkigu.

Gure lehengaien atzean, gainean, azpian edo ondoan, historia eta istorioak mugitzen direla, abestiak, ametsak, hartu-emanak, tradizioa, azken finean, lurraldea.

Gure gastronomian funtsezkoa dela “seigarren zaporea”, hau da, gure historia, “ukiezin” zaporetsu eta magikoz beterikoa.

*Produktuaren eta ukiezinaren batze horretan dautza, hain zuzen ere, bizitza ulertzeko gure modua eta gure berezitasuna.*





Berrendiko bordak, Aezkoan

Azaleko argazkia: Nafarroako aratxearen hazikontxoa, txingarretan egina eta ospinez ondutako tipula gorriarekin.  
*El Molino de Urdániz jatetxea, Urdániz/Urdaiz.*

# *Lurraldea dastatzea, paisaiak dastatzea*

Esperientzia gastronomikoa Nafarroan gure lurraldea mokadu batean dastatzea da: sentitzea plater edo errezeta batek duen guztia. Eta hori nafar paisaien bidez egitea proposatzen dugu.

Zeren eta paisaiak dastatu egin daitezke Nafarroan.

Dena dago paisaietan, ikusten dena eta ikusten ez dena, ukigarria eta ukiezina. Lurra, ahalegina, egunsentiak eta ilunabarrak, usaina, zaporea, soinua, ukipena... darielako.. Irakurri eta kontenplatu egiten dira paisaiak, eraldatu eta eraiki egiten dira, eta pertsona guztiak dira haren eragile, bisitatzen gaituztenak barne.

Paisaia-bilduma itzela du Nafarroak, imajinatu daitezkeen askotariko eta onenetako bat.

Kilometro bakar batzuetan, basotik basamortura goaz, elurretik ibar-basoetara, erromanikotik minimalera, iraganetik etorkizunera.

*Etorri...*

*dastatze berezi batera gonbidatuta zaude eta.*

“Paisaiak dastatzea” esperientzia gastronomikoa Nafarroan gure plater eta produktuekin gozatzea da; gaztagileak, artzainak, abeltzainak, nekazariak, upategi eta kontserba-fabrika handi eta txikietako langileak ezagutu eta entzutea, baita narratzaileak eta irakasleak, aitonak, amak, sukaldariak ere, ukigarriak eta ukiezinak sortu dituzten pertsona guztiak, finean, zentzua ematen baitiote gure gastronomiari, gure kulturari, gure lurraldeari: Nafarroa.

bOOmveja!! Baztan zopan oinarrituta, omenaldia egiten die artzain nafarrei:  
ardi-esnezko opila, laktonesa trufatuz eta txilindroi erarako arkumez betea.  
*Baserriberrí jatetxea, Iruña.*





# *Dastatzeko, sentitzeko eta gozatzeko egutegia*

Hitzordu ugari ditu Nafarroak gure tokiko produktuen eta gure gastronomiaren inguruko jarduerekin. Hona hemen batzuk.

Eta hemen duzu haiei buruzko informazio oso eta eguneratua: [www.turismo.navarra.es](http://www.turismo.navarra.es)

## **URTARRILA**

Izotz Barazkien Jardunaldiak, Iruñean eta Tuteran.

## **OTSAILA**

Txigorkiaren Eguna, Arroitzan  
Txerri-hilketaren Eguna, Azuelon

## **MARTXOA**

Pintxoaren Astea, Nafarroa  
Jakien Merkatua, Tuteran

## **APIRILA**

Barazkien Gorazarre Jardunaldiak, Erriberan.  
Vinofest, Iruñean  
Orburu eta Zainzuriaren Eguna, Cabanillasen  
Andosilla Gastronomikoa, Andosillan

## **MAIATZA**

Zainzuriaren Azoka, Deikaztelun  
Zainzuriaren Kofradia, Mendabian  
Nafarroako Gorriaren Azoka, Iruñean  
Nafarroako Azoka Ekologikoa, Iruñean

## **EKAINA**

Ardo Gorriaren Eguna, San Martin Unxen  
Gatzaren Eguna, Erronkarin  
Gereziaren Eguna, Milagron  
Gatzaren Azoka, Etxalarren  
Mamiaren Eguna, Arraitz-Orkinen

## **UZTAILA**

Gatzaren Jardunaldiak, Jaitzen  
Baratzuriaren Eguna, Faltzesen  
Mahats-biltzearen Jaia, Corellan





## ABUZTUA

Melokotoiaren Azoka, Sartagudan  
Artzai Eguna, Uharte Arakilen  
Cucon piperraren Eguna, Azkoienen  
Tomatearen Eguna, Cadreitan  
Agromerkatua, Lekunberrin  
Tuterako tomate itsusia  
Piperminaren Eguna, Cárcarren

## IRAILA

Potxaren Gorazarre Jardunaldiak, Zangozan  
Antzinako Tokiko Tomate Ekologikoaren Azoka, Iruñean  
Nafarroako Mahats-biltzearen Jaia, Erriberrin  
Ogi-apurren Eguna, Uxuen  
Ardoaren Eguna, Ziraukin  
Kalabaza Erraldoien Azoka, Valtierran  
Taloaren Eguna, Leitzan  
Arrozaren Eguna, Arguedasen  
Sagardoaren Eguna, Lekunberrin  
Mahats-biltzearen Jaia, Lergan

## URRIA

Pikillo-piperraren Eguna, Lodosan  
Kazolatxoaren eta Ardoaren Astea, Iruñean  
Txistorraren Eguna, Arbizun  
Ehiza-jardunaldi gastronomikoak, Baztan-Bidasoan  
Nafarroako Gastronomiaren Eguna, Cintruénigon  
Nafarroako Tokiko Produktuaren Astea, Iruñean  
Nafarroako Ardoaren Eguna, Lekunberrin  
11 Izendapenen eta Kalitatearen Feria, Mendabian  
Aste Gastronomikoa, Vianan

## AZAROA

Lurraren Eguna, Beran  
Baserritarren Eguna, Arantzan  
Kirikoketa Eguna, Arizkunen  
Inverduras, Tuteran  
Onddoaren Eguna, Larraintzarren

## ABENDUA

Boilurraren Azoka, Orisoainen  
Kardu Gorriaren Jardunaldiak, Corellan  
Boilurraren Jardunaldiak, Metautenen





Bakailao-orriak pikillo-piperren ohe krematsuaren gainean,  
barazkiekin eta erremolatxa-kurruskariarekin  
*Enekorri jatetxea, Iruña.*



[www.turismo.navarra.es](http://www.turismo.navarra.es)