

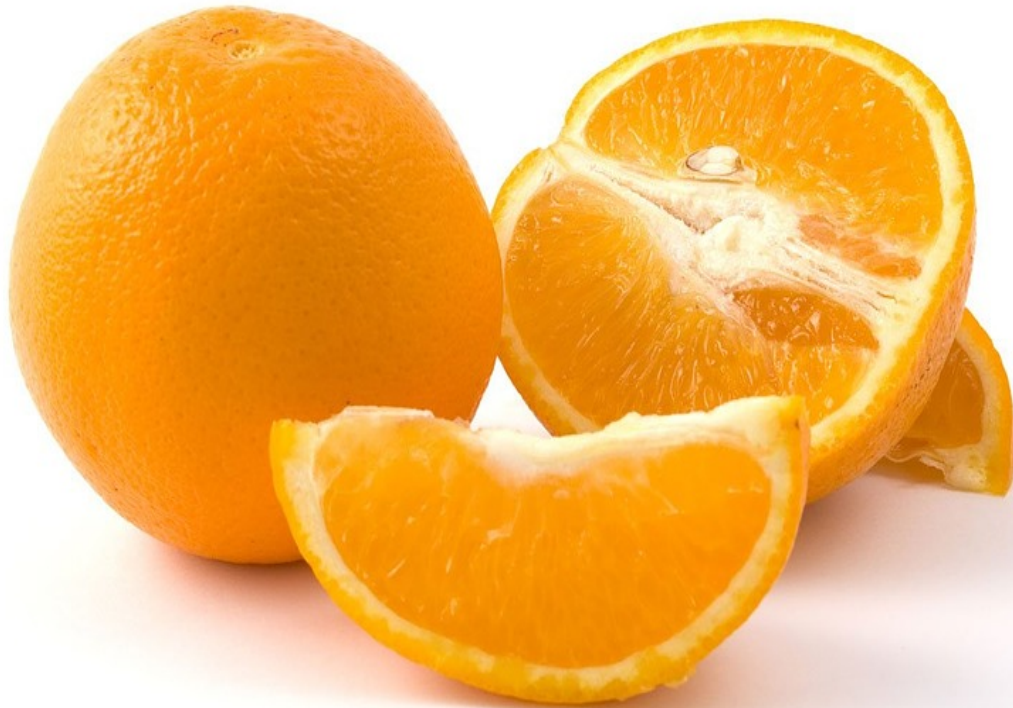
## Gastronomía en la Subbética III: el exquisito remojón de naranja



La gastronomía en la Subbética es tan rica que hay platos infinitos en cada temporada y el que te traemos hoy es un claro ejemplo de ello, disfruta de **un plato completo, cargado de vitaminas y delicioso**, ideal para cualquier ocasión, hoy te traemos **todo sobre el remojón de naranja**.

### ¿Cuál es el origen del remojón de naranja?

**El origen del remojón de naranja es árabe**, y se puede degustar en tres provincias andaluzas, Córdoba, Jaén y Granada, y **en la Subbética tiene una presencia muy activa**. Es muy común que en los hogares subbéticos se incluya todas las semanas en la dieta, pues además de ser muy rico y saludable, es muy sencillo de realizar y ahora que es tiempo de naranja y aceituna, es imprescindible.



## ¿Cuáles son los ingredientes del remojo de naranja?

- Naranjas
- Bacalao desalado y desmigado
- Aceite de Oliva Virgen Extra
- Huevo duro
- Ajos asados

Esta es la receta más tradicional pero hay variedades, tantas como hogares subbéticos, y estas son algunas sugerencias:

1. Hay bares y restaurantes de la Subbética que le añaden patata cocida
2. Otros sustituyen a veces el bacalao por atún
3. En otros podrás encontrarlo con ingredientes extra como cebolleta, granada o pan de higo
4. Y, como no podía ser de otra manera, la aceituna puede ser otro ingrediente fantástico

Todo depende de lo que tengas en casa y de lo que más te apetezca, pero te aseguramos que en cualquiera de los lugares de la Subbética en los que lo pruebes te encantará.





Puedes **disfrutarlo como entrante en una comida, o como cena ligera y muy sana para toda la familia.**

En cualquiera de sus versiones te encantará, te lo aseguramos. Lo ideal siempre es que si decides hacerlo en casa **elijas alguno de los maravillosos Aceites de Oliva Virgen Extra de las Denominaciones de Origen de Baena, Lucena o Priego de Córdoba**, las 3 que forman parte de nuestra Subbética.

## **¿Dónde puedo disfrutar del maravilloso remojón de naranja?**

Es uno de los platos propios de la Subbética así que fíjate en la carta de los bares y restaurantes repartidos a lo largo y ancho de la Subbética porque la mayoría de ellos **lo incluyen en sus sugerencias**, es un imprescindible como lo es el salmorejo, el flamenquín o las [ricas gachas](#).

¿Te vienes a disfrutar de la gastronomía en la Subbética? ¡Te estamos esperando con muchas ganas! ;) Y **serás subbético para siempre.**

Recuerda, **compartir es crecer.**

