



STEDER SOM DU  
BØR BESØKE

BYEN CÁCERES LIGGER I REGIONEN  
EXTREMADURA, I SØRØST-SPANIA, PÅ  
GRENSEN TIL PORTUGAL.

ARRANGEMENTS-  
KALENDER

FEIRING AV SKYTSELGEN,  
PÅSKEFEIRING, MARKEDSFEST I  
MADRID OG FORMEL 1

VISSTE DU AT...?

LEGENDEN OM  
HELGENEN JORDI

SPANSK  
KOKEKUNST

ARME RIDDERE.  
KONDITORIET EL RIOJANO

OVERNATTING  
MED SJARM

MADREMANYA PÅ  
COSTA BRAVA





## • Områder som du må bli kjent med

Byen Cáceres ligger i regionen Extremadura, i Sørøst-Spania, på grensen til Portugal.

Cáceres er en vakker by og i 1986 ble den historiske bydelen erklært som den tredje største samlingen av monumenter i Europa av Europarådet. I tillegg kom byen på UNESCOs verdensarvliste i 1968 på grunn av de imponerende og de best bevarte kunstneriske og monumentale samlingene i Europa, fra middelalderen og renessansen.

Konkatedralen (den nestviktigste domkirken) Santa María, Palasset de las Veletas (det arkeologiske museum), palassene Golfines (fra Arriba og Abajo), Casa del Sol, tårnet Bujaco og Estrella-buen er noen av de vakreste og mest beundrede monumentene som dere kan se i gatebildet.

I nærheten av Cáceres finnes det også mange andre vakre og viktige byer som Trujillo, Alcántara, Plasencia eller Guadalupe som også er vel verdt et besøk. Noe av det som venter deg i dette vakre området er bl.a. klostre, romanske broer, slott og byer fra middelalderen, forhistoriske steinaldergraver, hulemalerier, naturområder, aktiv turisme og fugleobservasjon.

Cáceres ønsker å bli Europas Kulturhovedstad i 2016, pga. dens mangfoldige kultur- og servicetilbud. Blant de mest fremragende arrangementene finner vi:

- **WOMAD:** er en festival



som foregår i mai og som arrangeres av den internasjonale organisasjonen WOMAD – World og Music, Arts & Dance. Festivalen har en magisk atmosfære siden den foregår i den historiske bydelen.

- **Cáceres Pop-Art:** er en festival som foregår i mai og som knytter til seg ulike artistiske uttrykk knyttet til pop-kulturen, med bl.a. gratis-konsserter.

- **Mercado Medieval:** er det nest største markedet i Spania og som finner sted i november. Her kan du finne alt fra kuriøse til klassiske og håndlagde gjenstander til jordbruksvarer med den monumentale byens historiske atmosfære som bakgrunn.

Påskefeiringen i Cáceres (La

Semana Santa Cacereña) er en av de mest særegne lokale festene som også er av nasjonal interesse. Her finner man de eldste religiøse broskapene i Spania, som for eksempel Nazareno og Misericordia fra 1400-tallet. I tillegg må vi nevne feiringen av San Jorge den 23. april med parader og kamper mellom maurerne og kristne og brenningen av dragen på Plaza Mayor. Til slutt anbefaler vi feiringen av "Las Candelas" y San Blas (1.-3.februar) som er en av de mest populære festene i byen når gatene tar imot Jomfru Maria i gateprosjonen. Hvordan komme til Cáceres? Den enkleste måten å komme dit på, er enten i bil på motorveien, med tog eller buss og turen tar mellom tre og fire timer.

For mer informasjon: <http://en.turismo.ayto-caceres.es/>

## • RUTER: Valle del Jerte

### Anbefalte ruter i Valle del Jerte

130 km fra Cáceres, i nærheten av byen Plasencia i nord, ligger Valle del Jerte. Du kan reise hit fra Cáceres, og det tar kun én time med bil på motorveien. Denne dalen i Extremadura er kjent for sitt vakre landskap, fossefall og smale veier.

Landskapet forandrer seg hver vår når kirsebærtrærne blomstrer og gir fjellskråningene en fantastisk hvitfarge. Dette er den perfekte anledningen til å nyte landskapet mens du går på fottur i det kjente og vakre naturreservatet La Garganta de los Infiernos med sine mange brønner, eller kun ønsker å bli kjent med landsbyene i denne dalen. Plantelivet er veldig variert med eiketrær, kastanjetrær, asketre, kristtorn og hvor bl.a. dvergørn, hønsehauk, spurvehauk, hornugle holder til. Og enda høyere opp kan man se

kongeørn, vandrefalk, gåsegribb og fjellgeit. Og i det rene elvevannet holder også ørret og skjeggkarpe til.

Vi anbefaler deg følgende ruter i Valle del Jerte:

1. **"Ruta de Carlos V"**, er veien som keiseren benyttet fra Tornavacas til Jarandilla via naturreservatet La Garganta de los Infiernos. Her må du besøke Los Pilonos, som ligner et rør hvor vannet i løpet av årenes løp har formet steinene til lunefulle former som sukkertopper og rutsjebaner. Om sommeren kan man ta seg et forfriskende bad i dem.
2. **"Ruta de Honduras"** eller "Ruta Judea" forener de to landsbyene Cabezuela og Hervás, midt

mellom spektakulære landskap.

3. **"Ruta de la Trashumancia"** følger den gamle landeveien som går tvers over dalstrøket Jerte, og hvor du finner vel bevarte bruddstykker fra den romanske landeveien.

4. **"Ruta de las villas ribereñas"**

5. **"Ruta serrana"** Ulike firmaer jobber med å organisere sportsaktiviteter i disse naturområdene, som for eksempel riding, fotturer, rafting, klatring, vannski, strikkhopp, fugleobservasjon og fotosafari.

For mer informasjon:  
[informacion@turismovalledeljerte.com](mailto:informacion@turismovalledeljerte.com)  
[correo@valledeljerte.info](mailto:correo@valledeljerte.info)



# ARRANGEMENTSKALENDER

## VIKTIGE HENDELSER I SPANIA APRIL OG MAI

### April

**23. april feirer man helgenen Jordi, Katalonias skytshelgen, i Barcelona.** Denne festen er det ideelle tidspunkt for å huske på dine nærmeste ved å gi en bok til mennene og en rød rose til kvinnene i ditt liv.

(I denne bulltinen forklarer vi deg opprinnelsen til den tradisjonen i avsnittet Visste du at...?)  
[www.barcelonaturisme.com](http://www.barcelonaturisme.com)

Skytshelgenen Jordi eller Jorge feires også i andre deler av Spania, som for eksempel i Cáceres og Alcoy (i Alicante). Her kan dere se parader med maurere og kristne og hvor musikken og fyrverkeriet er hovedpersonene.

#### Markedsfesten i april

Ta på deg din sevilanske folkedrakt og spaser i markedsgatene i Sevilla i april hvor tusenvis av boder med god musikk og livlige mennesker venter på deg. Markedsfesten innledes den første dagen med middagen pescaíto, som er fritert fisk med den karakteristiske tørre vinen eller tørr sherry. Deretter, ved midnatt, fortsetter man til alumbrado, hvor man slår på tusenvis av lyspærer ved inngangen og gatene i festområdet. Det hele avsluttes følgende

søndag når lyspærene ved inngangen slås av og avsluttes med et fyrverkerislott (fuegos artificiales).

For mer informasjon:  
[www.andalucia.org](http://www.andalucia.org)

#### Påskefeiringen

Dette er en religiøs feiring som har en lang tradisjon i Spania og som feires i alle byene. For å minnes lidenskapen, døden og Jesu Kristi oppstandelse, vier og fornyer Kirken seg selv. Påsken blir feiret på ulike måter i Spania, alt etter områdenes egenart og tradisjoner. Strengheten og stillheten i feiringen i Midt-Spania er en sterk kontrast til ødslingen av lys og farger i feiringene i Sør- og Øst-Spania.

Når det gjelder kokekunsten må vi fremheve de typiske dessertene i forbindelse med påsken, som for eksempel arme riddere (torrijas) og hvetekaken (mona de pascua.).  
[www.spain.info/no](http://www.spain.info/no)



Alle bilder Feria de Abril i Sevilla

### Mai

#### San Isidro: 15. mai

San Isidro er Madrid sin skytshelgen og den beste måten å tilbringe denne dagen på er dra på piknik til Pradera de San Isidro, nær elven Manzanares. Her venter god musikk og en fabelaktig stemning på deg.  
[www.esmadrid.com](http://www.esmadrid.com)

#### Suma Flamenca: 17. mai – 15. juni

Denne festivalen i Madrid er det perfekte stedet for å bli kjent med det siste nye innen flamenco.  
[www.esmadrid.com](http://www.esmadrid.com)

Flamencoartist Estrella Morente



#### Fenavin 2009: V Feria Nacional del Vino

Vinmessen Fenavin, la FERIA NACIONAL del VINO, finner sted i Pabellón Ferial i Ciudad Real 5.-7. mai. Den har befestet sin status som de viktigste vinmessen i Spania og mer enn 1000 vinkjellere og kooperativ fra hele Spania vil være representert.  
<http://www.fenavin.com/>



#### Andre viktige arrangement

##### Formel 1: 21.-23. august

Du bør ikke gå glipp av den spennende konkurransen som finner sted i den fantastiske byen Valencia for andre år på rad, midt i sentrum av byen. Her venter de beste Formel 1-kjørerene i verden på deg for å forbedre sine egne rekorder.

[www.valenciastreetcircuit.com](http://www.valenciastreetcircuit.com)



# VISSTE DU AT...?



## • LEGENDEN OM HELGENEN JORDI

Den 23. april hvert år feires helgenen Jordi og i denne spanske regionen er det vanlig å gi en rød rose til kvinnene.

Grunnen til denne skikken stammer fra en gammel legende, fra en katalansk landsby som heter Montblanc, i Tarragona.

Her fantes det en drage som skremte alle, og det var så ille at dragens ånde forgiftet luften og drepte alle som pustet inn luften. For å finne en løsning ble det arrangert en loddtrekning hver dag, og den personen som var så uheldig å bli trukket ut ble gitt til dragen for at den skulle være fornøyd. Dette fungerte, selv om det var svært vanskelig å finne en person som ville la seg ofre på vegne av resten av befolkningen. Men en dag, nærmere bestemt den 23. april, var den utvalgte personen ingen ringere enn selveste dattera til kongen. Prinsessen var ei ung og vakker jente som var elsket av alle og det var mange som tilbød seg å sette seg selv i hennes sted. Men kongen, med bedrøvet hjerte, sa at alle måtte behandles likt og at datteren hans ikke var annerledes enn resten av befolkningen. Dermed sendte de den unge jomfruen alene til grotten hvor dragen holdt til for å innfri det hun hadde lovet. Da hun var kommet et stykke unna muren som beskyttet landsbyen fra dragen møtte hun en ridder på en hvit stridshest med en skinnende og gullforyldt rustning. Den unge jomfruen var svært bekymret og sa til ridderen at han måtte flykte, hvis ikke



stod han i fare for å bli spist. Men ridderen svarte at han ikke fryktet noe, og at det ikke skulle skje verken ham eller henne noe siden han var kommet for å redde henne fra dragen. Han skulle også drepe dragen for å gjenopprette freden i landsbyen. Når udyret så kom frem for å hente byttet sitt, drepte ridderen Sant Jordi dragen med en perfekt tyrefekterbevegelse og blodet som kom fra dragen ble til en rose. Denne rosen forærte han den

vakre prinsessen. Av den grunn er det blitt en tradisjon å gi en rød rose til den kvinnen som du elsker.

Denne legenden blir fremført hvert år i den lille landsbyen Montblanc i et teaterverk som er dedikert til Sant Jordi, og som med tiden ble skytshelgen for Catalunya.

Det er verdt å merke seg at siden Bokdagen og Sant Jordi feires den 23. april er det blitt vanlig å gi en bok med en rose til sine kjære.

# SPANSK KOKEKUNST

## • ARME RIDDERE

Arme riddere er en tradisjonell dessert fra Cuaresma fra 1400-tallet. Bakgrunnen er ganske enkel, den skulle mette bordfellene slik at de ikke følte behov for å prøve en annen kjøttrett (som var et tilleggprodukt avhengig av fastetiden).

Forbindelsent til Cuaresma skyldes til dels utnyttelsen av brødet, for selv i de periodene når man ikke kunne spise kjøtt, var brød tillatt.

Det består av en brødskeive av fint brød (vanligvis et par dager gammelt) som er gjennombløtet av melk og vin. Etter å ha blitt smurt med egg stekes det i en stekepanne

med olje, og til slutt tilsetter man ulike smaksingredienser som kanel eller likør eller søtningsprodukter som honning, sirup eller sukker.

Den oppskriften som vi anbefaler er den tradisjonelle, laget med sukker og kanel. Lav vanskelighetsgrad

**Ingredienser:**  
Fint brød som er et par dager gammelt  
5 dl melk  
150 gr. sukker  
2 kanelstenger  
Olivenolje  
2 egg  
Kanel (pulver)  
Sitronskall

**Hvordan lage arme riddere:**  
Man bruker brødskeiver, og de bør ikke være tykkere enn 2 cm. Man foretrekker hjemmelaget brød som er 1-2 dager gammelt, siden det absorberer melken bedre.

Trinn 1  
Man koker melken (5 dl for et brød som veier 250 gr.) med 100 gr. sukker, en kanelstang og litt sitronskall. Deretter heller man den varme melken (med sukker allerede tilsatt) på en tallerken for så å gjennombløte brødstykkene (uten at de oppløser seg). Til slutt tørker man dem og lar dem ligge på en skål i én time og lar det trekke godt inn.

Trinn 2  
Man smører brødskeivene med et pisket egg for så å steke det i olivenolje i en veldig varm stekepanne. De skal stekes til de får en gylden farge på begge sider, for så å legge dem på en tallerken.

Trinn 3  
Man drysser kanel og sukker over etter smak og behag.

Man kan spise arme riddere enten kaldt eller varmt, og det har alltid blitt regnet for å være en god dessert i tillegg til en



# SPANSK KOKEKUNST



## • Konditoriet El Riojano

Dette konditoriet er et av de eldste og mest kjente i Madrid

Det ble etablert i 1855 av **Dámaso de la Maza**, en kjent konditor i Madrid som arbeidet på Det Kongelige Slott.

Siden den gang har det vært flere eiere av denne bedriften, men interiøret og de tradisjonelle hjemmelagede kakene er fortsatt de samme. Dette lokalet har den typiske fasaden fra butikker på 1800-tallet, men som selvfølgelig har blitt restaurert etter den spanske borgerkrigen. Inne i konditoriet har de i stor grad bevart det originale interiøret, i tillegg til den originale butikkdisken laget av møbelsnekkere fra slottet fra den gang lokalet åpnet første gang.

I tillegg til å være et konditori, åpnet man et annet rom i butikken som ble gjort om til en

tesalong. Her kan du beundre og nyte alle dessertene og søtsakene som blir laget på kjøkkenet.

Blant alle søtsakene finner vi de kjente kakene i C-form med sitronsmak. De har fått dette navnet fordi de ble laget til kong Alfonso den 12. (på 1800-tallet) når han var en liten gutt og måtte delta på regjeringsråd.

Dette velrenommerte konditoriet forlater ikke sine gamle tradisjoner og de fortsetter å fremstille de typiske søtsakene til alle religiøse fester, som for eksempel "halsbåndene" til San Blas, og de berømte arme ridderne til påsken.

Hvis du besøker Madrid i påsken, bør du ikke gå glipp

av muligheten til å besøke dette kjente konditoriet for selv å smake på de mange kjente søtsakene. Det ligger i den historiske delen av byen, i en av de gatene med mest historie i Madrid, gaten Mayor. Å spasere i dette området er som å dykke ned i historien og i Madrid sine tradisjoner og er en nødvendighet for å bli kjent med en by full av sjarme. Du bør heller ikke gå glipp av sjansen til å stoppe i noen av de mange barene og nyte noe godt å drikke med litt tapas ved siden av.

**Konditoriet El Riojano.**  
**Calle Mayor, 10.**  
**Madrid.**  
**Telf: +34 913 664 482**



Cibeles og Plaza Mayor i Madrid sentrum

# OVERNATTINGSSTEDER MED SJARME

## • MADREMANYA - MIDDELALDERSLANDSBY I COSTA BRAVA

I området rundt Girona, i nordøst, finnes det en liten middelalderlandsby med den typiske middelhavsstilen. Den heter Madremanya og ligger like ved de fantastiske strendene på Costa Brava.

Dette er det perfekte stedet hvis du ønsker å slappe av i et par dager, gå på oppdagelsestur i de brolagte gatene eller nyte landskapet i Les Gavarres og Empordá. Du kan enten dra på ekskursjoner til fjellet, nyte solnedgangen på stranden eller drive med andre sportsaktiviteter.



### Steder av interesse:

- Kirken i Madremanya (fra 1300-tallet og i romansk stil)
- Dalí-ruten: Besøke Dalí-museet i Figueres, slottet Púbol og Casa Museo i Port Lligat
- Ruinene i Empúries
- Serra de la Mare de Déu dels Àngels

### Fantastiske landsbyer i dette området:

- Sant Martí Vell
- Peratallada
- Pals
- Monells
- Calella de Palafrugell
- Palamós
- Besalú

# OVERNATTINGSSTEDER MED SJARME

## • HOTEL EL RACÓ DE MADREMANYA

El Racó de Madremanya består av to bygninger: en enestående villa i stein fra 1600-tallet og en nydelig moderne konstruksjon som er perfekt integrert i omgivelsene takket være kombinasjonen av stein og tre.

Den 300 meter store hagen er dekket av et

fantastisk gressteppe som rommer to flotte svømmebasseng (et av dem med saltvann) for de ekstra varme dagene. Hotellet har ti rom, alle med middelalderlandsbyens sjarme og moderne komfort. De tre suiteene og syv rommene er alle dekorert på ulike måte, men har den varme atmosfæren til felles.



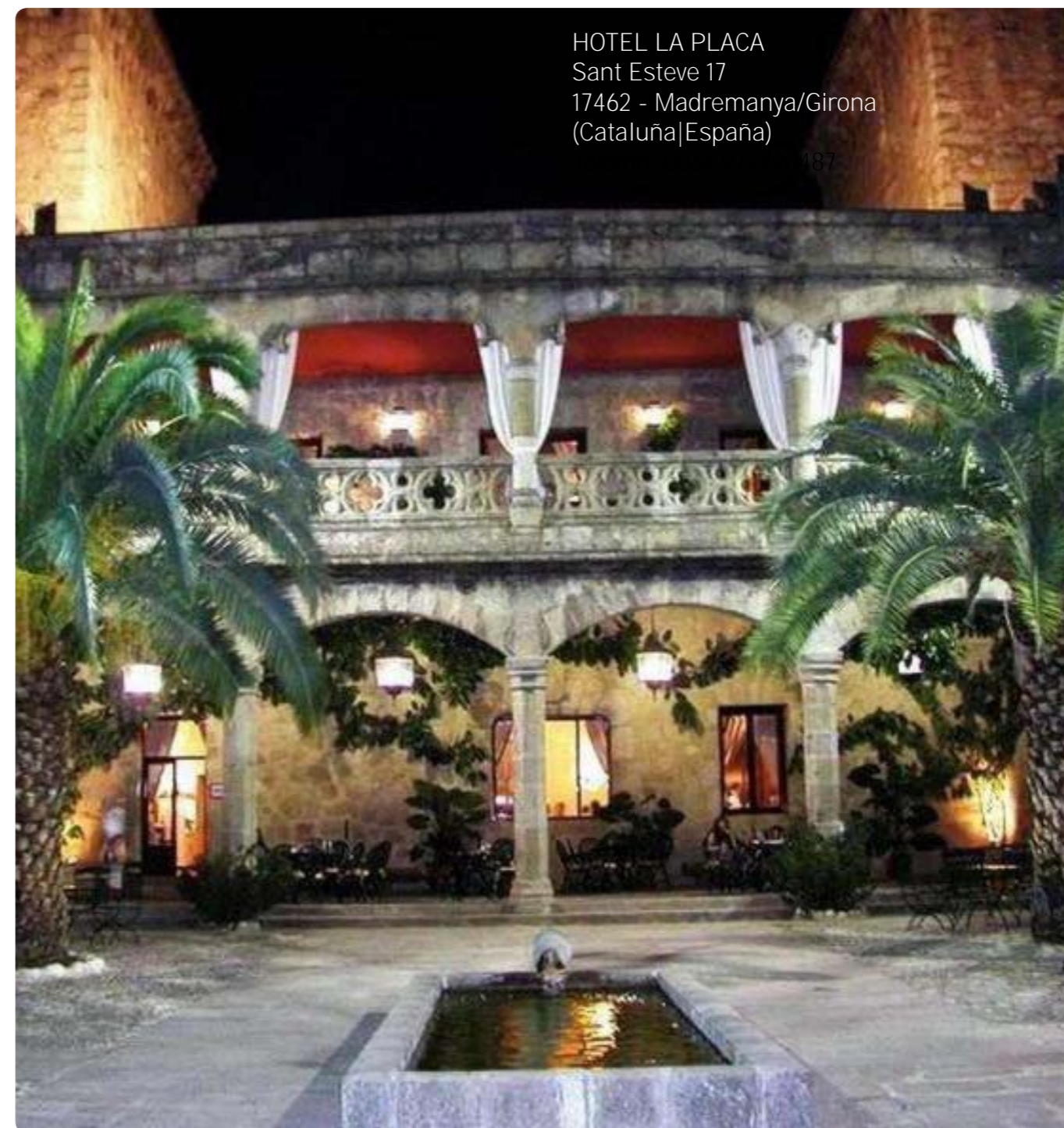
HOTEL EL RACÓ DE MADREMANYA  
Carrer processó, 1  
17462 Madremanya  
Gerona) España  
Telf: 0034 972490649  
<http://www.turismoruralgirona.com>

## • HOTEL LA PLACA

Bak en åker med fargerike solsikker ligger La Placa fra 1500-tallet, med buer og hvelv fra 1500- og 1600-tallet, og som er kjent for sin fabelaktige restaurant.

Den historiske bygningen, som går tilbake til romansk tid, er bygget i stein og er så godt

integret i villaarkitekturen at det ikke er lett å se hvor hotellet begynner og slutter. De innbydende leilighetene er pent innredet med peis og med en høy standard på interiøret og møblementet og med levende lys, i tillegg til et velutstyrt kjøkken og en fabelaktig terrasse.



HOTEL LA PLACA  
Sant Esteve 17  
17462 - Madremanya/Girona  
(Cataluña|España)