

Reportaje Córdoba

Dónde comer cardos en Córdoba

POR LAURA RUIZ/AM. GORRIZ, 26 DE NOVIEMBRE DE 2021



El **cardo**, una verdura de temporada deliciosa, ha sido **muy usado desde siempre en la cocina cordobesa**, tanto como protagonista como acompañamiento en guisos. El menor uso hoy en día en la cocina estriba en la dificultad de limpiar esta verdura ya que está llena de desagradables espinas y hebras fibrosas. Tiene cierta similitud con las pencas de acelga, pero es más tosca, aunque luego tiene un sabor bastante fino y delicado.



Este vegetal tiene muy pocas calorías y es **rico en fibra, calcio, hierro y vitamina C**. Además, también **facilita la digestión** ya que la cinarina, que es la sustancia que le proporciona al cardo el sabor amargo, es beneficiosa para el funcionamiento del hígado y la vesícula biliar.

Por todo, si quieres volver a incluirlo en tu dieta, pero sin el engorro de tener que limpiarlo te recomendamos sitios de Córdoba dónde puedes encontrarlo maravillosamente cocinado y listo para comer. Toma buena nota porque no abundan.



Astoria – Casa Matías



Los lectores de Gurmé a buen seguro conocen este templo donde se le rinde culto a la cocina tradicional y especialmente a los guisos y las verduras que necesitan paciencia y mimo. Por ello, este restaurante no podía dejar de incluir en su carta un típico guiso de cardos con el que reconfortarse con estas frías temperaturas.

[📄 Toda la información sobre Casa Matías](#)

Restaurante Sociedad de Plateros María Auxiliadora



Manolo Bordallo, especialista en la cocina típica de Córdoba, ha elaborado e incluido en su carta los cardos en numerosas preparaciones, bien como acompañamiento, como por ejemplo cardos en crema con bacalao, bien como protagonistas haciéndolos con panceta ibérica de Los Pedroches. Actualmente el plato que está en sus carta es cardos en salsa con bacalao y langostinos.

[📄 Toda la información sobre Sociedad de Plateros María Auxiliadora](#)

Rincón de Chico Medina



En esta casa siempre tienen un mimo especial con esas recetas casi en desuso pero tan nuestras. si bordan como pocos las alcachofas a la montillana no iba a ser menos con este



vegetal tan típico en nuestros guisos. No dejen de probar sus **cardos con almejas y gambas**. Sensacionales.

[Toda la información sobre Sociedad de Plateros María Auxiliadora](#)

La Taberna de Almodóvar



Los cardos esparragados con gambas de este restaurante son un plato perfecto para combatir el frío invernal y cuyo ingrediente principal está en esta época del año en su mejor momento. Si quieres conocer sus elaboración paso a paso no te pierdas la [vídeo receta](#) que Toñi Pozuelo, jefa de cocina de La Taberna de Almodóvar, nos reveló. Simple y exquisita.

[Toda la información sobre Taberna de Almodóvar](#)

Tierra y Mar



El restaurante de Juan Antonio Henares mantiene el equilibrio perfecto entre carnes, pescado, marisco y arroces, como el propio nombre del restaurante indica. Y además tiene menú degustación. En el caso que nos ocupa ofrece un plato de cardos salteados con gambas y almejas.

[Toda la información sobre Tierra y Mar](#)

La Posada del Caballo Andaluz





Dentro de las recetas de cardos hay unos cardos a la cordobesa, que son los que ofrecen en la Posada del Caballo Andaluz. Se hacen con una cucharada de manteca de cerdo, picadillo de carne de ternera e higaditos de pollo. Son unos cardos más contundentes.

[📄 Toda la información sobre La Posada del Caballo Andaluz](#)

Almudaina



En este restaurante volvemos a los cardos esparragados, pero esta vez con almejas. Y con la posibilidad de degustarlos en su patios, salones, o desde hace meses, la terraza junto a su puerta, en la que hay actuaciones para amenizar las comidas y cenas.

[📄 Toda la información sobre Almudaina](#)

