



# ***BULGARIA***

- 1. Informaciones generales**
- 2. Historia**
- 3. Economía**
- 4. Cultura**
- 5. La capital: Sofia**



## 1. *Informaciones generales*

<b>Capital</b>	Sofia
<b>Forma gobierno</b>	República parlamentaria
<b>Miembro UE</b>	Si
<b>Moneda</b>	Lev Bulgaro
<b>Prefijo internacional</b>	+359

Desde 1999, Bulgaria está dividida en 28 provincias. Todas las provincias llevan el nombre de su capital. La capital del país es Sofía.

Bulgaria funciona como una democracia parlamentaria dentro de una república constitucional unitaria. El Presidente es el Jefe del Estado; representa la unidad de la nación y a la República de Bulgaria en las relaciones internacionales.

El Consejo de Ministros dirige y lleva a cabo la política interior y exterior de acuerdo con la constitución y las leyes. El poder judicial protege los derechos e intereses legítimos de los ciudadanos, de las personas jurídicas y del estado.

## 2. *Historia*

El territorio de Bulgaria ha estado habitado desde tiempos inmemoriales, desde la Edad de Piedra y la Edad del Cobre.

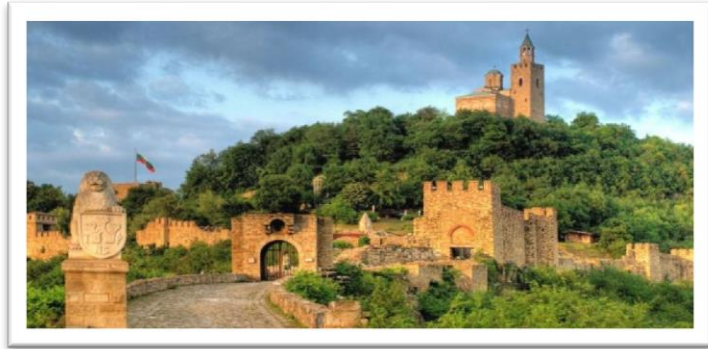
La evidencia de esto son los numerosos asentamientos y túmulos funerarios. Entre ellos se encuentran el túmulo de Karanovo y el asentamiento del neolítico del milenio VI a. C. en StaraZagora. De esta época data el tesoro en oro más antiguo del mundo, descubierto cerca de Varna.



Durante la Edad de Bronce se establecen los tracios, los que nos han dejado un rico patrimonio cultural, tumbas, templos y tesoros. Se cree que el mítico músico tracio Orfeo vivía en las montañas de Ródope y el rebelde Espartaco, nació cerca de la actual ciudad Sandanski.

En 1885, el Principado de Bulgaria y Rumelia Oriental se unieron. En la actualidad el 6 de septiembre de cada año los búlgaros celebran la unión de las dos Bulgaria.

En 1946 Bulgaria fue proclamada República. La Familia real salió del país. El Partido Comunista Búlgaro llegó al poder. Los partidos políticos fuera del Frente de la Patria fueron prohibidos, la economía y los bancos fueron nacionalizados, la tierra cultivable se organizó en cooperativas.



Desde 1991 es miembro del Consejo de Europa. En 2004 Bulgaria se convirtió en miembro de la OTAN.

### *3. Economía*

La economía de la República de Bulgaria se basa en la libre empresa. El mismo se preocupa por la protección de patrimonio histórico y cultural. La economía es un mercado abierto al sector privado y con un número limitado de empresas estatales.

La economía búlgara se caracteriza por la estabilidad económica, política y financiera. El país cuenta con los menores costes operativos de la UE. El nivel de deuda pública y déficit público para 2011 es una de las más bajas de la UE.

El país se caracteriza por una política fiscal predecible y un ambiente inalterable para hacer negocios, que lo define como uno de los más estables de la UE. Bulgaria tiene la fama de ser uno de los mejores productores de yogur y productos lácteos, de productos elaborados con aceite de rosa, vinos y licores. Una de las industrias más exitosas del país es el turismo.

Después de la Segunda Guerra Mundial y la era de la industrialización en el socialismo, la ciudad y sus alrededores se expandieron rápidamente y se convirtió en la región más industrializada del país.





Una tradición de mucho arraigo es TrifonZarezan, que ocurre el 14 de febrero. Es la fiesta de los viñateros (vitivinicultores). Las viñas se podan y se rocían con vino para asegurar una cosecha abundante.

- **Idioma y religión**

El Idioma búlgaro pertenece a la familia de las lenguas eslavas, todas las lenguas eslavas incluyendo la búlgara, son dialectos de un idioma eslavo común. Se utiliza el alfabeto cirílico y también se habla el turco, macedonio, ruso, alemán, inglés.

En Bulgaria la primera confesión es la Cristiana Ortodoxa con un 82%; en segundo lugar están los musulmanes con aproximadamente un 12%; muy minoritarios son los grupos de católicos 0.6% y protestantes 0.5%.



- **Gastronomía**

La cocina búlgara es una mezcla de influencias griegas, turcas y balcánicas: el gusto por los productos frescos de la huerta, por las ensaladas, por el yogur, por los quesos, los embutidos, y las carnes (especialmente de cerdo), son las señas de identidad gastronómicas de un país que aún resulta poco familiar para mucho.

## TARATOR

El plato nacional búlgaro es básicamente una sopa fría de pepino. El tarator se toma a lo largo y ancho del país, especialmente durante los meses de verano ya que es un alimento que entra fresco en el estómago, sin embargo, mucha gente lo prepara durante todo el año. El ingrediente fundamental para lograr la textura y sabor adecuados es el yogurt búlgaro, que se agrega una vez que se ha troceado un pepino, se han picado 5 ó 6 dientes de ajo y el eneldo, y se ha puesto una cucharadita de sal. A toda esta mezcla se le añade agua poco a poco hasta conseguir la textura deseada, y se remata agregando un chorrito de aceite de girasol y nueces picadas que ponen la guinda decorativa de esta deliciosa sopa.



## ENSALADA SHOPSKA

Laensalada Shopska es el entrante por excelencia de toda comida búlgara. Esta exquisita ensalada, aunque originaria de la región de Sofía, se puede encontrar en la carta de cualquier restaurante del país. El secreto por el cual es uno de los platos que más

triunfan entre los turistas que llegan a Bulgaria es la calidad de sus productos, que parecen estar recién cogidos de la huerta. Su receta es muy simple, los ingredientes básicos para su elaboración son: tomate, pepino, cebolla, perejil, sal y un chorrito de aceite de girasol, y todo esto nevado por una capa de queso blanco delicioso.



## BANITSA

Eldesayuno más popular entre los búlgaros es este especie de bollo circular creado mediante la pasta filó, una lámina muy fina de origen griego realizada con harina, huevo, aceite y sal, y rellena controzos de sirene, un queso típico de Bulgariade textura y sabor muy parecido al feta griego. Se suele servir junto con un vaso de yogur, aunque hay quien prefiere acompañarlo con ayryan, un yogur más aguado y de sabor más ácido, o con boza, una bebida fermentada elaborada a base de trigo que es muy popular en toda la zona de los Balcanes y del Mediterráneo Oriental. Es muy corriente que la banitsa presente rellenos diferentes al queso, como es el caso de las espinacas, el arroz o la carne.



Asimismo es un bollo omnipresente en las celebraciones navideñas, en muchos de ellos se incluye una sorpresa en su interior como en nuestro roscón de Reyes.

## KAVARMA

Es uno de los platos más deliciosos de la gastronomía búlgara y representa perfectamente la esencia de la cocina de este país. Se trata de un estofado de carne con verduras muy sencillo de preparar, a la par que saludable. Se suele cocinar en cazuela de barro, utilizando normalmente carne de cerdo troceada en cubitos, y verduras y hortalizas variadas: tomate, cebolla, puerro, pimiento verde, zanahorias y champiñones. Asimismo al guiso se le agrega un chorrito de vino blanco, y



especies como la pimienta negra, el comino, el orégano y las hojas de laurel. La Kavarmase prepara a lo largo de todo

el año en los hogares búlgaros, sin embargo, es durante el crudo invierno cuando más se agradece una buena cazuela de este delicioso guiso.

## *5. La capital: Sofía*

Una de las capitales más antiguas de Europa, la historia de Sofía se remonta al siglo VIII a. C., cuando los tracios establecieron un asentamiento en la zona.

Sofía ha tenido varios nombres en los diferentes periodos de su existencia, pero adoptó, finalmente, el nombre de la Iglesia de Hagia Sofía, una de las más antiguas de la ciudad, en homenaje nacional a los Santos Mártires de Sofía, madre de la Fe, Esperanza y Amor.



Sofía es la capital y la ciudad más grande de la República de Bulgaria. Con una población de 1.291.591 habitantes en 2011, se trata de la 14ª mayor ciudad de la Unión Europea, y alrededor de 1.380.406 en su área metropolitana, la Provincia Capital.

Se encuentra situada en el centro de la península balcánica,<sup>3</sup> al oeste de Bulgaria, rodeada por el monte Vitosha al sur, el monte Lyulin al oeste y las montañas de los Balcanes al norte. Su superficie total es 492 kilómetros cuadrados y su promedio de altitud es de 600 msnm, lo que la convierte en la cuarta capital más alta de Europa.

Sofía es el centro administrativo, económico, cultural, de transporte y educativo del país,4 donde se concentra la sexta parte de laproducción industrial de Bulgaria.