

Lunes 30.11.24

O degusta

LA RIOJA



Fiesta en la mesa

La Navidad supone un momento de especial deleite para los paladares. Las mejores viandas se reservan para las grandes celebraciones de diciembre



Mazapanes Segura, donde empieza la Navidad

Después de más de cien años de historia, nuestros mazapanes han conseguido conquistaros durante generaciones. Este año, deseamos seguir llenando vuestros hogares de magia con la mejor selección de dulces navideños.



¡Descubre nuestra tienda
online y saborea el auténtico
sabor de la Navidad!



mazapanesdesotosegura.es

GASTRONOMÍA. La entrada en diciembre anuncia la inminente llegada de las grandes celebraciones culinarias del año

Empieza la cuenta atrás para Navidad

REDACCIÓN

Logroño. La entrada en diciembre supone el pistoletazo de salida a una carrera de opíparas comidas que acabará prácticamente después de Reyes. La Navidad es una fiesta que se saborea –normalmente en familia– pero que va perdiendo los sabores tradicionales en favor de las nuevas modas, muchas veces de carácter internacional.

Las cenas de Navidad de empresas, de amigos, de asociaciones e instituciones cada vez comienzan a celebrarse con mayor antelación a los días más señalados de la Navidad. Además, en las zonas comerciales, la Navidad se hace visible casi desde después de la festividad de la Virgen del Pilar, y los motivos navideños no sólo son decorativos sino que se manifiestan también en forma de dulces como los turrones, mazapanes, polvorones o panettones. En algunos casos, las nuevas tendencias han aligerado los menús y las modas ‘healty’ han restado grasas y picantes (entre otras cosas) a las pantagruélicas celebraciones.

Los pescados y mariscos mantienen su presencia en la mesa especialmente en las cenas, en algunos casos, incluso han ganado terreno, cada vez son más las reuniones en los que han desplazado a los asados de carne (cordero y cochinillo), que –en el mejor de los casos– se reservan para las comidas de Navidad y Año Nuevo.

Paradójicamente, el cardo con almendras o incluso la berza (en domicilios más modestos) que antaño ocuparon un lugar obligatorio en los menús navideños, prácticamente han desaparecido, aunque las verduras entrarían perfectamente entre los ingredientes más saludables que pueden ocupar los platos.

En La Rioja no hace tanto que cardo o berza anticipaban la llegada de un pescado noble (merluza o besugo) si la economía lo permitía, y si no chicharro o bacalao a la riojana; o bien un asado (cordero, cabrito o cochinillo) y en algunos casos, algún tipo de ave como podía ser el faisán.

El postre no difiere mucho al que se sigue consumiendo ahora: turrones, mazapanes, polvorones... si bien ahora la variedad de ‘sabores’ ha aumentado de forma exponencial, y han desaparecido las almen-

Las cenas de Navidad de empresa, amigos, asociaciones... cada vez se celebran con una mayor antelación



Una galleta con forma de estrella que anuncia la inminente llegada de la Navidad. L.R.



Mesa preparada para acoger una celebración navideña. L.R.

dras cubiertas de un glacé blanco, sustituidas en algunos casos por las garrapiñadas caseras. No obstante, antes de llegar a esos dulces, en La Rioja no es raro pasar antes por una macedonia de frutas o una tradicional compota de manzana.

La parte líquida llega de la mano de los vinos, que mayoritariamente son Riojas, aunque quienes se decantan por los blancos suelen optar más por variedades gallegas que parecen maridar mejor con los pescados y mariscos. Por eso, Albariño, Ribeiro e incluso Rueda no son infrecuentes en las copas durante estas fechas.

Después llegarán los cava (o champagnes, en el caso de los más exquisitos) y licores varios. En las mesas riojanas, la jornada se cierra en muchas ocasiones con un pacharán.



Pescadería de un mercado. EFE

Adelantar las compras es una opción beneficiosa para todos los bolsillos

No todos los elementos de los menús navideños se pueden comprar con antelación, pero si es posible, las economías domésticas agradecerán hacer el desembolso cuanto antes, para evitar el alza generalizada de precios en los días previos a las grandes fechas de la festividad navideña. El producto congelado es una buena opción en casos concretos. En otros, lo más recomendable es comprar fresco y congelar en casa. Es una opción más que factible en el caso de algunos pescados, que además resulta médicamente recomendable congelar unos días para minimizar el riesgo de que el anisakis ataque el aparato digestivo en unas fechas en las que se le va a someter a un trabajo más que considerable.



Variedad de dulces navideños, con protagonismo para los turrónes. L.R.

TRADICIÓN. La receta original habla de una masa elaborada con miel y/o azúcar y frutos secos, sobre todo, almendra

El turrón, el rey de los postres de Navidad

REDACCIÓN

Logroño. No hay Navidad sin turrón y turrón sin Navidad aunque cada vez lo veamos antes ocupando los lineales del supermercado. Lo cierto es que se produce y se consume durante todo el año pero su pico de demanda llega en los últimos y más fríos meses del año. Casualmente, coincide con el Día Mundial del Turrón que se celebra el 7 de noviembre. Porque un dulce tan arraigado a la tradición gastronómica de España debía tener una fecha señalada en el calendario.

Es el dulce por excelencia de estas fechas por sus múltiples texturas y sabores siendo el predilecto de todas las generaciones. Pese a que su receta original sea tan sencilla como la mezcla de frutos secos y miel/azúcar, los nuevos tiempos han permitido introducir otros atractivos ingredientes que permiten que el turrón se adapte a todo tipo de paladares. Desde los más tradicionales, hasta los más vanguardistas.



Un elaborador corta tabletas de turrón de yema, de una gran pieza. L.R.



JIJONA, CUNA DEL TURRÓN. La localidad alicantina lleva cinco siglos elaborando turrónes

Un dulce con Indicación Geográfica Protegida

REDACCIÓN

Logroño. Resulta complicado ubicar el origen del turrón ya que, como todo lo bueno, son muchos los países y civilizaciones que quieren adjudicarse su autoría. Puede que los españoles no hayan sido los primeros en crear la receta original pero los maestros turroneros del área alicantina han sabido labrarse su fama a base de un trabajo y un esfuerzo de siglos que se mantiene a día de hoy. Y es que, como el turrón de Jijona ninguno. El dulce español atesora su calidad con el sello de la Indicación Geográfica Protegida cumpliendo una de serie de requisitos y parámetros muy exigentes que lo convierten en el mejor turrón del mundo.

¿Dónde se creó el primer turrón? La respuesta no está clara ya que hay muchas versiones sobre ello. Algunos sitúan su origen en la Antigua Grecia, cuna de los Juegos Olímpicos. El gran rendimiento de estos deportistas demandaba el consumo de alimentos con un alto índice calórico por lo que se comenzó a elaborar una especie de barritas a base de frutos secos y miel para su recuperación física.

Pese a que esta teoría parece verosímil, la mayoría de científicos se aventuran a ubicar el primer turrón en la península arábiga. Esta versión se apoya en el tratado 'De medicinis et cibis simplicibus', en el que un médico árabe habla por primera vez del 'turun' en el siglo XI. Además de que allí la miel y la almendra era la base de muchos de sus dulces más típicos.

El pueblo musulmán parece ser el responsable de traer el turrón a la península durante su conquista y posterior fundación de Al-Án-



Arriba, turrónes artesanos en una pastelería local; debajo una tableta del turrón 'duro'. F.D./L.R.

dalus. Pero su expansión y consumo no se dio de manera homogénea por todo el territorio ya que la mayoría se asentó en el sureste de la península. Si bien hay que remontarse al siglo XV, durante la época del reinado de Carlos V, para datar la versión española del primer turrón de la provincia de Alicante.

Y, ¿por qué en Jijona? Los historiadores explican que el Gremio de

Pasteleros y Confiteros de Valencia querían someter a los maestros turroneros de Alicante a sus estatutos obligándoles a pagar por el uso del azúcar y la miel. Los valencianos acabaron ganando pero los alicantinos, lejos de acatar el pago de este 'impuesto', cogieron sus enseres y se desplazaron a un municipio cercano pero lo suficientemente alejado para evadir la atención de los cargos de la comunidad.

En concreto, a la villa de Sexona, actual Jijona, llegó el turrón en el siglo XVI. Así, el cocinero del Rey Felipe II, Don Francisco Martínez Montañón, en su libro 'Conduchos de Navidad' (1585) textualmente afirma que «en todas las casas de Jijona huele a miel» ya que en todas ellas se fabricaba el tur-

rrón.

Desde entonces, nada ni nadie les ha podido arrebatarse el reinado del turrón. Tal es su respeto y cuidado por este dulce que crearon en 1977 una Indicación Geográfica Protegida en torno a él. Para que el turrón lleve su sello debe estar hecho en el término municipal de Jijona siguiendo los procesos tradicionales en la proporción de los ingredientes y su elaboración. El Consejo Regulador de Jijona y Turrón de Alicante es el órgano encargado de verificar que se cumplen estos parámetros.

Los tiempos cambian, al igual que las técnicas y los gustos de la población. Sin embargo, la esencia de este dulce tan nuestro sigue perdurando en el tiempo y llenando nuestras mesas cada Navidad.

La receta original ha evolucionado con los años con combinaciones más vanguardias que se adaptan al público

Existen documentos que prueban el consumo del turrón en España durante los siglos XV y XVI

Pero, ¿por qué comemos turrón en Navidad? Todo hace apuntar que el alto coste de la materia prima y su posterior precio en el mercado impedía su compra generalizada entre la población por lo que era un producto reservado para las clases más pudientes. Con los años se fue generalizando entre el pueblo aunque su consumo quedó reservado para las ocasiones más especiales. Tal y como es la Navidad. Además, existen vestigios documentales que prueban que el turrón ya ocupaba el centro de las mesas tras las celebraciones navideñas españolas de los siglos XV y XVI.

La teoría más factible apunta al origen árabe del turrón para traerlo a la península durante la invasión musulmana

ANGULAS. Este pescado es uno de los caros y demandados de cuantos aparecen en el plato durante la Navidad

Un pequeño y lujoso placer para el paladar

REDACCIÓN

Apenas un gramo de peso y kilos de popularidad. Aunque no es un producto apto para todos los bolsillos, la angula vuelve a ser uno de los reclamos en las pescaderías conforme se van acercando las fechas navideñas. Es, sin duda, uno de los pescados más apreciados –y también de los más caros– de cuantos aparecen sobre las mesas esos días festivos.

En 2008, el kilo de este manjar rondaba los 700 euros. Un precio ‘barato’ en comparación con lo que había costado los años previos. Sin embargo, esta cría de la anguila –el único alevín que está permitido pescar acorde a las leyes españolas, es decir, entre el periodo comprendido entre los meses de octubre y marzo– ya ha empezado a mostrar su precio prohibitivo y superará los 1.000 euros el kilo conforme se vaya acercando la Navidad.

Lo que antes era un alimento sin apenas valor, utilizado incluso como pienso para animales, en el último siglo se ha convertido en un pescado muy exclusivo que corre el riesgo de extinguirse si no se frenan sus capturas. De hecho, son muchas las voces que demandan el veto a su pesca, antes de que sea demasiado tarde.

La contaminación del agua y la destrucción de su hábitat, unido a una pesca incontrolada ponen en peligro crítico –el paso previo a su extinción– la continuidad de esta especie. En España solo está permitida su captura cuando lleva a

cabo su larga migración, que dura un año, desde las aguas cálidas y saladas del mar de los Sargazos, donde se reproducen (en el océano Atlántico, a más de 6.400 kilómetros de la costa española), hasta las dulces de los ríos americanos y europeos que desem-



Elaboración clásica con ajo y guindilla, en el restaurante vasco El Pescador. L.R.

bocan en el mar, para seguir su curso fluvial hasta otros.

Así, por ejemplo, cuando la noche ya cubre los cielos, los ejemplares de angulas, que apenas alcanzan los seis centímetros, empiezan a acercarse a la superficie en las desembocaduras de los ríos donde manos expertas las recogen

para su posterior venta. En Galicia, por ejemplo, solo está permitida su pesca en la desembocadura del Miño. La luna nueva marca el momento más óptimo para que los anguleiros se suban a las barcas y echen las redes para atrapar este preciado tesoro.

Los alevines que no son capturados permanecen en el agua dulce de los ríos, no solo de España, también de otros puntos de Europa, hasta convertirse en adultos (anguilas). Es cuando adquieren su forma característica de serpiente que puede llegar a alcanzar el metro y medio de longitud y vuelven a iniciar un nuevo y extraordinario ciclo de vida, retornando al mar de los Sargazos para procrear y morir. Una odisea que forma parte de este pez catádro (peces que viajan al mar para reproducirse o desovar).

El alto precio de cumplir con esta onerosa tradición y llevar a la mesa esta ‘delicatessen’ obedece tanto a la dureza de su aventura reproductiva como a su peculiar y laboriosa pesca. Sin embargo, muchos están dispuestos a pagarlo para seguir disfrutando de ese sabor sutil, fino y delicado de unas angulas que se mantienen vivas en viveros hasta el justo momento de salir para ir camino de los platos y, con su presencia, dar ‘lustre’ a cualquier gran celebración. Una elaboración que, sobre todo, se basa en la receta por excelencia: en la sartén con guindilla o cayena seca, ajo y aceite de oliva.



Angulas en el expositor de una pescadería. E.C.

MARISCOS VIDIO

35 AÑOS ACERCANDO EL MAR CANTÁBRICO A LA RIOJA

Este vivero, toda una referencia en el norte de España, puede presumir de contar con marisco vivo gracias a sus piscinas de agua salada

REDACCIÓN

Desde 1989 lleva Mariscos Vidio acercando el mar a La Rioja. Literalmente. Porque cada semana, un gran camión traslada hasta sus piscinas agua del mar Cantábrico, a la vez que trae el marisco a sus instalaciones. Incluso el nombre de la empresa hace referencia a uno de los cabos más importantes de Asturias, el cabo Vidio, situado en Oviñana.

35 años después de su apertura, los trabajadores de Mariscos Vidio siguen manteniendo la misma filosofía con la que empezaron. En su día fue la de crear; ahora, años después, es la de impulsar un negocio único en La Rioja y que marcó el inicio de una tradición que dura décadas. Entre sus productos destacan el buey

de mar, centollos, nécoras, camarones, percebes, bogavantes (canadienses y del Cantábrico), langostas, almejas, ostras, langostinos, gambas, cigalas o pulpos.

Además de su compromiso con la frescura y la calidad del producto, Mariscos Vidio se distingue por su atención al detalle y su cercanía con el cliente. Su equipo de profesionales no solo se dedica a la venta de mariscos, sino que también asesoran a los clientes sobre las mejores opciones, según sus necesidades y preferencias. Ya sea para una celebración especial, un banquete o una comida en familia, se esfuerzan por ofrecer una experiencia única, garantizando que cada producto llegue en su punto óptimo de sabor y frescura. Gracias a su trato personalizado y a su pasión por el marisco, han logrado crear una clientela fiel que valora la calidad del producto y el servicio excepcional que reciben.

Los viernes y sábados aumentan la demanda. El cliente puede encontrar aparte de marisco vivo, también cocido. Durante la se-



Dirección. General Urrutia, 29
Teléfono. 941 22 93 51

mana, Marisco Vidio recomienda encargar el producto cocido con un día de antelación; así, el cliente puede llevárselo listo para consumir y no tener que hacerlo en casa. Porque, más allá de vender marisco vivo, también cuentan en sus instalaciones con cocedero.

Su dilatada experiencia y la calidad de su producto les ha llevado a convertirse en referentes en el norte de España. Además de la venta al público en local, reparten en ciudades cercanas como Burgos, Vitoria, Zaragoza, Pamplona... Con las navidades a la vista, se incrementa su actividad. Ya han comenzado a recoger pedidos para que nadie se quede sin este producto, que mantendrán en las piscinas de agua salada de Mariscos Vidio, en las mismas condiciones que si estuviera en el mar.



Mariscos Vidio cuenta con piscinas de agua salada. Juan Marín

DELAOSTIA

SABORES DIFERENTES QUE SE DISFRUTAN A BOCADOS

Hace más de dos años Delaostia abrió sus puertas en Logroño con una propuesta alternativa: bocadillos artesanos, aunque nada tradicionales

REDACCIÓN

Delaostia abrió sus puertas, por primera vez, hace dos años y medio con la idea de hacer bocadillos y salsas caseras a partir de productos frescos y de temporada. Apostaron, igualmente, por lo local, para obtener una propuesta original: bocadillos con influencias latinoamericanas, norteamericanas y españolas. De sus cocinas salen bocadillos que sorprenden, porque no son nada tradicionales. Sin embargo, están llenos de sabores únicos y diferentes.

En la bodega de la logroñesa calle Luis Barrón, 60, intentan que quienes crucen su puerta, se

deleiten de esos sabores que son difíciles de encontrar en otro lugar. De ahí que merezca la pena la experiencia de visitar un establecimiento, en el que el cliente puede disfrutar tanto de la comida como de la siempre necesaria conversación.

Delaostia cuenta, para ello, con un gran equipo. Los camareros y las camareras son amables y tienen buena disposición, con lo que logran dar un plus a la experiencia en el local. En cocina, además, elaboran artesanalmente cada una de las propuestas que salen de ella y lo hacen con profesionalidad y cariño. Como si estuviesen cocinando en su propio hogar.

En la carta de Delaostia cuen-

Su carta tiene influencias españolas, latinoamericanas y norteamericanas

tan con distintos tipos de entrantes, como las patatas con asado de ternera al estilo pibil o las salchipapas. Además, su oferta gastronómica se completa con algunas especialidades, entre las que destacan el bocadillo de setas y berenjenas con queso de tomates secos y mayonesa de boletus, el bocadillo de paleta de cerdo al horno y mermelada de bacon y algunos bocadillos que cambian con la temporada, como el de callos, que está disponible en invierno. Asimismo, tienen opciones para veganos y para personas con celiaquía.

Pese a su corta presencia en la capital, la acogida que ha tenido Delaostia, que abre de jueves a domingo por la tarde (de 20.30 a 23.30 horas) ha sido abrumadora. Por ello trabajan para seguir manteniendo la confianza de los clientes y seguir siendo un lugar donde poder sentirse y poder degustar un buen bocadillo artesano sin prisas y mientras se disfruta de la buena música.



Sloppy Joe, un homenaje al guiso de carne en pan brioche. L.R.



Delaostia abrió sus puertas en 2022. Irene Jadraque/Sadé Visual

ALIMENTACIÓN. Los pequeños lechones se reparten el protagonismo con corderos y cabritos

El cochinillo, una carne digestiva, presente en las comidas de las fiestas navideñas

J.L./C.A.M.

Logroño. Es cierto que el segoviano Cándido, a los pies del acueducto otorgó al cochinillo un 'caché' que hasta entonces no tenía. El ya desaparecido chef popularizó la elaboración de los cochinillos asados al horno, de forma que le quedaban tan crujientes que podían partirse con un plato, sin necesidad de utilizar un cuchillo.

Esa puesta en escena dio la vuelta al mundo y convirtió su casa de comidas en un lugar de peregrinaje tanto para amantes de la buena mesa como para amantes de la fotografía que querían inmortalizar el momento.

En La Rioja, La Alameda en Pipaona de Ocón sirve también unos exquisitos cochinillos que proceden del valle y que el propio Blas Sos, también parte con frecuencia, delante de sus comensales con un plato.

En cualquier caso, el cochinillo se convierte en un manjar que se cocina a fuego lento y se degusta con placer. Ocupa la bandeja entera y se presenta tan tostado y brillante que engaña a la vista. El cochinillo podría parecer símbolo de glotonería, gula y excesos culinarios en torno a una gran mesa. Es un plato que se pide para compartir, sinónimo de celebración, jolgorio y frenesí. Y, sin embargo, es de las carnes más suaves y ligeras que podemos elegir.

Más sano de lo que parece

El cochinillo tiene unas características muy peculiares: se trata de un cerdo lactante de no más de tres semanas de edad. Se ha alimentado, por tanto, solo de leche. Nada de piensos ni otras zarandajas. De ahí que su carne sea de las consideradas blancas, sin apenas grasas. Rosada por dentro, es una de las más saludables que existen.

Por cada 100 gramos apenas suma 93 kilocalorías y, sin embargo, la carne de cochinillo es rica en proteínas y en algunas vitami-



El pequeño cochinillo en una bandeja de barro para el horno. L.R.



Un trozo de cochinillo con patatas, al horno. L.R.

nas, como la B12 o la B6, lo que contribuye a elevar el nivel de defensas de nuestro cuerpo. La tiamina, vitamina B1, contribuye a convertir la ingesta de carne en pura energía. Y es que hablamos de un bocado particularmente digestivo y que contribuye a regular la actividad hormonal.

Además, aporta minerales como el hierro, bueno para la generación de glóbulos rojos, magnesio, potasio y zinc.

Hay gente a la que le impresiona ver la cabeza del animal sobre la bandeja. Si no es usted aprensivo, no dude en pelear por una de las orejas, al estilo torero; o por el morro, echándole ídem a la hora de acaparar en su plato los restos de cochinillo que queden sobre la mesa. La careta del cochinillo es una exquisitez, sabrosa y crujiente, que conviene comer despacio, paladeándola con delectación. Eso sí, es la parte del animal que más calorías aporta, pero tampoco nos vamos a poner ahora tiquismiquis con eso... ya llegará la cuesta de enero.

Lo dicho: a la hora de pedir carne, si eligen cochinillo, luego podrán entregarse a otros placeres navideños con menos cargo de conciencia. ¡Si tiene bastantes menos calorías que el mismísimo jamón serrano!

Eso sí: en otras tradiciones gastronómicas del globo, como ocurre en las orientales, se prepara con muchas hierbas y especias, acompañándolo de más productos; e incluso en algunos países es laqueado como el pato. Pero esa ya es otra historia.

Agua, sal, laurel, el cochinillo y varias horas de paciencia

El cochinillo clásico –el que cocinan en Cándido en Segovia, en La Alameda en Pipaona y en media España– apenas requiere de ingredientes: el propio cochinillo, agua, sal y laurel. Y muchas horas de asado, sabiendo cómo, cuándo y de qué manera sacarlo, moverlo y darle vueltas. Y la temperatura del horno, claro, para otorgarle el punto exacto. Debe quedar muy crujiente por fuera y tierno y jugoso por dentro. Es lo que se exige a un buen cochinillo asado. Nada más, pero tampoco nada menos.


labodegaladori
TUS EVENTOS, COMO EN CASA

**ENCARGA YA TU ASADO
PARA ESTAS NAVIDADES**

600 62 68 30 o **info labodegaladori.com**

Cam. de los Corrales, 14, Lardero



CHÂPEAU WINES



Desde el inicio, trabajan las viñas de manera orgánica; cuentan con 1,5 hectáreas de merlot y 0,3 hectáreas de sauvignon gris. Châpeau Wines

bran conscientes de la responsabilidad que conlleva los 2.000 años de historia de la región ya ha dado sus frutos, un vino blanco y otro tinto —«ahora vamos a sacar un rosado», adelanta Javier Usarralde—, ambos con la clasificación Grand Cru, una de las máximas categorías de los vinos de Burdeos.

DUO Grand Vin Blanc se elabora con sauvignon gris, una variedad que solo está presente en el 1,8% de los viñedos de Burdeos. Tras una crianza en barrica de 13 meses, sale este vino muy gastronómico. Por otro lado, DUO Grand Cru es fruto de sus viñas de merlot, que tienen una antigüedad de cuarenta años. En todo el proceso de elaboración han respetado al máximo la uva, lo que les valió en 2017 la categoría de Burdeos Superior, «pero desde 2018 estamos clasificados como Saint-Emilion Grand Cru, que es una de las máximas clasificaciones».

Para Javier Usarralde es «un sueño cumplido. Haber podido ir a Burdeos a estudiar y ahora poder elaborar unos vinos allí, además con amigos, es genial». Al ser menos de dos hectáreas de viñedo, no es necesario que acudan con tanta frecuencia, pero sí van como mínimo una vez al mes. «Nosotros somos los únicos españoles, con propiedad de viñedo, que estamos elaborando vino ahí», destaca el copropietario de Châpeau Wines. Una circunstancia que, además de cumplir un sueño, «nos da prestigio y un empaque que no tienen otras denominaciones de origen u otras zonas». No en vano, su château se encuentra enfrente de Angélus y a tan solo cinco kilómetros de Petrus o Le Pin, «que son los vinos más caros del mundo».

Álvaro y Javier Usarralde han logrado conferir a cada uno de sus proyectos su pasión por el mundo del vino; un cariño que se percibe en cada nota y en cada aroma. Sus vinos se han posicionado muy bien tanto a nivel nacional como internacional. «Estamos en las mejores cartas de España, en restaurantes de Estrella Michelin como Etxebarri, DiverXO, Atrio...». Pero también en La Rioja, en Echapresto o Echaurren, entre otros. Digno de admirar. Châpeau.



CHÂPEAU WINES. Los hermanos Usarralde imprimen en cada trabajo su pasión por el vino

LA MATERIALIZACIÓN DE UN SUEÑO EN LA MILLA DE ORO DE BURDEOS

Han sabido sacar el máximo potencial de sus viñas de merlot y sauvignon gris para elaborar sus vinos DUO, clasificados en la categoría Grand Cru

REDACCIÓN

Javier Usarralde tenía un sueño, elaborar su propio vino en la conocida como milla de oro del mundo del vino, Saint-Emilion, una de las principales zonas de Burdeos. Con el gusanillo de seguir ampliando sus conocimientos en este sector, partió hacia tierras galas, donde formó parte del selecto grupo de escogidos para cursar en Burdeos el DNO (Diploma Nacional de Enología) y el prestigioso DUAD (Diploma Universitario de Aptitud a la Degustación). A su regreso, junto a su hermano Álvaro, dieron forma a un ambicioso proyecto para la gestión del mercado nacional de diferentes productores, además de producir y vender sus propios vinos: Châpeau Wines.

El destino quiso echar una mano



Sus viñedos, con el château al fondo y cuya propiedad comparten en Saint-Emilion. Châpeau Wines

a Javier permitiéndole aprovechar una oportunidad única junto a otros cinco compañeros de Enología para adquirir un château en Saint-Emilion, región privilegiada y de tradición vinícola. Así fue cómo junto a su hermano Álvaro se convirtieron en propietarios de 1,8 hectáreas de viñedo:

1,5 de merlot y 0,3 de sauvignon gris, «una variedad superexclusiva, porque casi nadie elabora vinos 100% sauvignon gris», resalta Javier Usarralde.

De esas viñas, que trabajan en orgánico desde el primer momento, ha nacido DUO, la materialización de sus sueños, con una es-

tética muy cuidada y representativa —la etiqueta muestra la silueta de las caras de los dos hermanos, de perfil, simulando el contorno de una copa—. DUO es Domaine Usarralde Ovejas, en honor a sus apellidos y como referencia a la finca de la que procede la uva. Ese terruño que la-



Cardo fresco, en una verdulería riojana. E.D.R.

CARDO. En invierno, es un plato muy habitual

Una verdura muy navideña y riojana

J.L.

Logroño. A nadie le gusta que le digan que parece un cardo. Y si le añadimos lo de borriquero... ¡Acabáramos! Y, claro, si ser un cardo no es lo más deseable del mundo que digamos, ¿por qué íbamos a llevárnoslo a la boca?

Rompamos una lanza en favor del cardo, borriquero o no. Reivindiquemos su consumo sano, saludable y repleto de propiedades, además de estar muy bueno. En La Rioja era algo muy tradicional en las mesas navideñas, porque era un producto que en estas fechas alcanza su máximo 'esplendor' al ser el frío su mejor aliado. Sin embargo, en los últimos tiempos se sigue consumiendo, pero ya no tanto en Navidad.

Cuando hablamos de cardo, hablamos de una verdura a la que podríamos definir como prima hermana de la alcachofa por sus aportes nutricionales.

De hecho, la misma planta del cardo se le parece: tallo alto y lisérgicas flores de color morado, algo más pequeñas que las de la alcachofa. ¡Y bien punzantes!

En el caso del cardo, lo que nos solemos comer es su tallo, que puede parecer algo amargo, pero que una vez cocido, sale exquisito.

De cada 100 gramos de cardo fresco nos terminamos comiendo un alto porcentaje: 80 gramos. Es de alto aprovechamiento, pues. Apenas aporta hidratos de carbono y los que suma presentan la forma de inulina, semejante a la fructosa y muy adecuada para personas con diabetes. Además, tiene cinarina, una sustancia beneficiosa para el hígado. También tiene propiedades como antiséptico cutáneo.

Por cuanto a minerales, el cardo es rico en hierro y calcio. De vitaminas no va muy sobrado, pero su gran baza es su escaso aporte de calorías y sus propiedades diuréticas y laxantes, que lo hacen aliado imprescindible en dietas de adelgazamiento.

Además, resultan fáciles de digerir, de gran absorción. ¡Quién lo diría, con la mala fama estética que arrastra el cardo!

En La Rioja (y también en Navarra, donde es muy habitual), hay diferentes recetas que incluyen al cardo como elemento principal. La más habitual es con una bechamel muy ligera y almendras. Es un plato bastante típico.

Además hay dos variantes. Una de ellas es simplemente el cardo cocido al que se le añade, una vez escurrido, un sofrito de ajo y aceite; y la otra opción es más noble, al combinarlo con almejas, un plato que cocina con maestría el chef riojano Lorenzo Cañas.

Hay ocasiones en las que se incluye en ensaladas, para evitar su oxidación y que el tallo del cardo se ponga negro, se le echa limón.

El cardo con almendras ha sido un plato muy habitual en las mesas riojanas por Navidad

Con un sofrito de ajos o incluso con almejas, para ennoblecirlo, otras variantes culinarias



Un plato de cardo con almendras. J.M.

JAMÓN. Un clásico para empezar

Claves para elegir el mejor de los jamones ibéricos para Navidad

LOGROÑO

Las comidas y cenas de Navidad cada vez están más cerca, y para sorprender a nuestros invitados no hay nada mejor que un buen jamón, uno de los elementos estrella en cualquier mesa –casi siempre como entrante de lujo– en cualquier fecha del año.

Aunque en La Rioja hay excelentes jamones y la tradición chacinera es larga en algunas zonas de la región, como por ejemplo Baños de Río Tobía y su entorno, lo cierto es que para estas fechas navideñas, es frecuente decantarse por el jamón ibérico por aquello de que el nombre parece que le otorga más ‘glamour’ aunque en ocasiones, el riojano no tenga nada que envidiarle.

Pero, ¿cómo saber elegir el me-

jor jamón ibérico (o no) para ofrecerle a nuestros invitados?

«Estamos en una época en la que el jamón es uno de los grandes protagonistas en las mesas. Cuando vamos a las tiendas y supermercados en busca de la pieza perfecta debemos tener en cuenta algunos puntos como la suavidad del tocino y el punto de curación del jamón, ya que marcan la calidad de esa pieza», comentan desde la empresa de ibéricos Enrique García, que lleva más de 100 años en este negocio con tanta tradición en nuestro país.

Desde Enrique García, comparten las 5 claves para elegir el jamón ibérico que estamos buscando estas Navidades:

La pezuña negra: Una de las características de la raza ibérica es la



Jamones en un secadero de Guijuelo. E.C.

pezuña negra por lo que a simple vista ya podemos detectar si estamos frente a un jamón ibérico o no. Existen algunos casos en el que el

cerdo ibérico tiene la pezuña blanca, pero no es lo habitual.

Caña estilizada: Otra de las zonas importantes para identificar la

El tocino, aunque haya gente que sólo se fija en la carne, es un buen indicador para determinar la calidad

calidad de la pieza es que la caña sea estilizada. Los jamones de 100% raza ibérica y 75% raza ibérica que son los de mayor calidad tienen la caña más estilizada, y eso significa que su sabor será más intenso.

La curación de la carne: Para comprobar la curación de la carne, tendremos que comprobar que la parte de la maza (zona más ancha) y la babilla (zona más estrecha) estén duras.

El tocino suave: El tocino es la grasa que envuelve el jamón, y aunque hay gente que solo se fija en la carne, esta grasa determinará mejor la calidad, y es que, cuanto más suave es, será de mejor calidad. Se aprecia muy bien si comparamos un jamón de bellota con uno de cebo campo.

Color de la brida: La brida es el DNI del jamón. En ella podemos encontrar toda la información sobre el porcentaje de raza ibérica y la alimentación del cerdo que nos indicarán la calidad del producto. Además, solo los productos ibéricos llevan brida lo cual hace más fácil reconocer de primeras cuáles son de mayor calidad.

COCINADOS YESSICA

YESSICA HACE INNECESARIO PASARSE LAS HORAS EN LA COCINA DURANTE LAS PRÓXIMA NAVIDAD

Cocinados Yessica ha diseñado una propuesta especial de platos por encargo para las comidas y cenas de las próximas Navidades

LOGROÑO

Hace ahora poco más de un año, en noviembre de 2023, Yessica abrió su propio establecimiento de comida precocinada en Club Deportivo 76, en Logroño. Reconoce que no es fácil sacar adelante un negocio, pero poco a poco trata de ver la luz.

Yessica intenta estar siempre al servicio de sus clientes, por ello dispone de un horario amplio y que cubre las horas de las comidas, para poder solucionar de forma inmediata cualquier carencia o necesidad. Abre por las mañanas de 10 a 15.30 horas, y por las tardes, desde las 18 a las

21.30 horas. El domingo por la tarde cierra por la tarde y luego descansa todo el lunes, para abrir de nuevo el martes con fuerzas renovadas.

Estas navidades ha diseñado unos menús para que ya que ella tiene que pasarse muchas horas en la cocina, no sea necesario que lo pasen los demás. Así, a partir del día 15 comenzará a recoger ya los encargos para las celebraciones de Navidad y Fin de Año. «Abro en Nochebuena y Nochevieja, pero nadie debe esperar al último momento, porque corre el peligro de quedarse sin cena. Es mejor encargar, porque aunque abra no voy a poder tener de todo si no es por encargo».

Gran variedad

La propuesta diaria de cocinados Yessica es muy amplia, pero aún la multiplicará en Navidad. Destacan como entrantes el pastel de cabracho, los embutidos, me-

jillones, pulpo a la gallega, ensaladilla rusa y de marisco, rollitos de salmón con ensaladilla de marisco, vieiras gratinadas, sopa de pescado, crema de marisco, croquetas variadas, tigres, hojaldres variados, berenjena rellena y gratinada, cardo con almendras, huevos rellenos de atún, gulas con ajos y guindillas, pimientos rellenos... entre los pescados ofree bacalao a la riojana, diferentes tipos de merluza, rape o cocochas, entre las carnes: carrilleras, ternera en salsa, traseros de pollo deshuesados y los asados de cordero o cochinillo, enteros o por partes.

Para finalizar también dispone de una amplia variedad de postres como el tronco de Navidad, los millojas de crema y de nata, la tarta de queso de La Viña o el tiramisú.

Los encargos se pueden realizar en persona o en los teléfonos 941 51 91 84 y 667 77 92 03.

Yessica
COCINADOS

¡Disfruta de esta Navidad, nosotras cocinamos por ti!

Entrantes - Carnes - Pescados
Asados - Postres

Pedidos:

☎ 941 51 91 84 • 📞 667 77 92 03
(sólo whatsapp)

Avenida Club Deportivo 76 • Logroño

PANETONE. Este pan elaborado con masa tipo brioche ha revolucionado la repostería en la última década en España

El ‘dolce’ que busca desbancar al polvorón

REDACCIÓN

De un postre fallido a convertirse en una de las estrellas emergentes de la Navidad. Los turrone, mazapanes, polvorones e incluso el roscón de reyes se remueven en su silla, algo intranquilos, ante la irrupción de un nuevo competidor que quiere sentarse a la mesa en estas fiestas navideñas. Y no llega del otro lado del océano, de los Estados Unidos, ni de la potencia líder en esto de viralizar productos –China–, que parecen tener la exclusividad de todas las cosas ‘trendy’ que se cuecen en nuestras fronteras.

Lo hace desde Milán, en la vecina Italia, tierra de grandes postres como el tiramisú, los ‘cannoli’, la ‘panna cotta’, el helado o los dos dulces que rivalizan en Navidad en el país transalpino: el ‘panettone’ y el ‘pandoro’.

Como los grandes inventos, el panetone también nació fruto de un error. Su origen, cuentan, se remonta a la Edad Media. Precisamente, en un almuerzo navideño en casa de un duque en Milán, al cocinero se le quemó el postre que tenía que servir. Así, que recurrió a lo que tenía en la alacena para preparar otro. Y ese socorrido postre, que preparó con huevos, manteca, harina, pasas y frutas confitadas, llegó desde el siglo XV hasta nuestros días –aunque su receta ha evolucionado con los años–.

¿Qué hay de verdad en esa leyenda? Lo único seguro es que su existencia guarda relación con el surgimiento de los panes dulces que se preparaban para celebrar fiestas especiales, como la Navidad.

El consumo del panetone no se popularizó hasta el siglo pasado. ¿Los culpables? Los pasteleros Goacchino Alemagna y Angelo Motta –Motta fue quien le dio forma redondeada en la parte superior–. Ambos, en una feroz competencia, aumentaron la producción de este postre, que llevaron también a Sudamérica, donde también se volvió enseguida popular –no en vano Perú y Brasil, junto a Italia, son los 3 países donde más panetone se consumen–.

Crece su consumo

Leyendas o historias aparte, este postre ha irrumpido con fuerza en nuestras mesas. Cada año, desde hace una década, el furor por este pan tipo brioche, que quiere desbancar también al polvorón y al roscón de reyes, ha ido ‘in crescendo’. En los últimos diez años se estima que su consumo se ha multiplicado por diez.

A las pasas sultanas y frutas confitadas se han sumado, en los últimos años y para lograr la aprobación de un público más variado, más rellenos como los trocitos de cho-



El consumo del panetone se ha multiplicado por diez en la última década. L.R.



El panetone se ha convertido en un regalo muy práctico en estas fechas. Suleyman Evran/Sadé Visual

colate, que son los preferidos de los más pequeños de la casa.

El panetone ha llegado para quedarse. Se ha convertido, igualmente, en un regalo muy socorrido para hacer estas navidades. Su masa ai-

reada, que le confiere un aspecto que se asemeja a un pan brioche, es esponjosa y ligera, de ahí que a la hora de cortarlo presente algunas dificultades, salvables si el corte se realiza de la manera adecua-

da. Lo primero es partirlo longitudinalmente por la mitad. Se retira el papel a la mitad que se vaya a cortar y se coloca la parte interna apoyada en una superficie lisa que facilite nuestra tarea. Desde el cen-

tro, y con un cuchillo largo, se van cortando las rebanadas. Los maestros pasteleros, no obstante, aconsejan comerlo atemperado, para así poder disfrutar de toda la potencia del sabor.



RECETA ORIGINAL DE 1876

100 % INGREDIENTES NATURALES. SIN SULFITOS AÑADIDOS, NI ADITIVOS, NI CONSERVANTES



Estrella Damm recomienda el consumo responsable. 5,4º

ALIMENTACIÓN. La Fundación Española de Nutrición señala que este marisco tiene alto valor nutritivo y bajo contenido graso

La gamba es un clásico entre los clásicos

J.L.

Logroño. Siempre me ha gustado fantasear con el primer homínido que, buceando en el mar, cogió una gamba y se arriesgó a hincarle el diente. ¿Piensan ustedes que estaría muy, pero que muy, necesitado y hambriento como para arriesgarse a ello o podríamos considerarle un todo 'foodie avant la lettre'? Sea como fuere, un monumento se merece. Porque las gambas son una de esas exquisiteces que nos reconcilian con el placer, el goce y el disfrute en la mesa. ¡Puro hedonismo!

Además de estar muy buenas, las gambas también lo son, y la prueba de ello es que la Fundación Española de Nutrición señala que tienen un alto valor nutritivo y bajo contenido en grasa.

O sea que un atracón de gambas nos deja el cuerpo bien templado para, unas horas después, pegarnos un buen tute de deporte y tratar de mitigar los excesos propios de las próximas fechas festivas.

Además, como el 80 por ciento es agua, tampoco suponen una gran amenaza para la línea corporal. En comparación con mantecados, turrones, polvorones y troncos de Navidad, son un chollo. Aportan yodo como mineral principal y sodio. Eso sí, no esperen de ellas vitamina alguna porque su aportación es prácticamente nula.

Y ojo con el colesterol y con el ácido úrico. Aunque ya sabemos que un día es un día...

¿Es usted de chupar las cabezas de las gambas? Elegante, lo que se dice fino y elegante el gesto, no es. ¡Pero cómo están! Dependerá del nivel de confianza que haya en la mesa con el resto de los comensales para que uno se anime a rechupetear o no. ¿Y el riesgo de ingerir demasiado cadmio, como tantas veces se previene por ahí? Muchas cabezas tendríamos que dejar limpias encima del plato como para que el cadmio amenazara a nuestra salud con convertirse en kriptonita maléfica dentro de su cuerpo, la verdad.

¿Gamba blanca o roja?

Parafraseando al célebre aforismo 'Blanco o negro, lo importante es que el gato cace ratones', blanca o roja, lo importante es que la gamba no falte en los platos de la mesa navideña durante las próximas celebraciones.

La gamba roja, que se da en el Mediterráneo, tiene más potencia de sabor y se ha convertido en una de las joyas de la gastronomía ribereña del Mare Nostrum.

La blanca, propia tanto del Atlántico como del Mediterráneo, es de mayor tamaño que su prima hermana colorada. La de Huelva y al-



Gambas, en una de las bandejas expositoras de una pescadería. E.C.

rededores es la más clásica y comercializada.

Durante mucho tiempo, la gama no sólo estuvo presente en la mesa navideña cocida o a la plancha, sino que era integrante esencial del cóctel que llevaba su nombre. Este pla-

tor es, posiblemente, el mejor vestigio de una gastronomía sofisticada que no tardó en quedar desfasada. Hubo un tiempo en que cualquier celebración que se preciase incluía como entrante una copa de boca ancha con su lechuga, su man-

zana, sus gambitas peladas y una salsa rosa que, a nada que te despidases, terminaba con la corbata en la tintorería. ¡Ay, la corbata, también tan viejuna, ella!

Si será buena la gamba que, los aficionados a la interpretación de

los sueños consideran que una aventura onírica con ella es un buen augurio, además de simbolizar la necesidad de adaptarse a las circunstancias. Como reza el aforismo, 'camarón que se duerme, se lo lleva la corriente'.



Una pescatera muestra el producto que ofrece. E.C.

‘El libro de la gamba roja’ recoge el conocimiento de tres voces autorizadas

El año pasado se presentó en San Sebastián Gastronomika un libro que causó sensación. Lo publica Planeta Gastro, tiene 264 páginas maravillosamente ilustradas y lo han escrito los prestigiosos cocineros Joan Roca y Quique Dacosta y el periodista Benjamín Lana, director general de Vocento Gastronomía. ‘El libro de la gamba roja’ es el gran tratado que se merece uno de los productos más importantes y emblemáticos de la gastronomía española. En él se descubren los secretos de la fisiología y el hábitat de la gamba roja, pero también la realidad de los seres humanos que se dedican a su captura y a su cocina. Y buena parte del libro se basa en las recetas de ambos cocineros, tanto las tradicionales como las creativas. No ha perdido vigencia, y sigue siendo un regalazo navideño.

COMERCIAL HOSTELERA GÓMEZ



Gómez es un apoyo imprescindible para el sector hostelero riojano. L.R.



40 AÑOS EQUIPANDO A LA HOSTELERÍA CON CALIDAD Y CONFIANZA

En un mercado donde la calidad y la personalización marcan la diferencia, Comercial Hostelería Gómez ha logrado consolidarse como un referente en la distribución de artículos para el sector hostelero.

LOGROÑO

Con casi cuatro décadas de trayectoria, la empresa familiar Comercial Hostelería Gómez se ha ganado la confianza de clientes de toda la región, ofreciendo productos esenciales para el día a día de restaurantes, hoteles y bares.

Desde sus inicios, Comercial Hostelería Gómez ha mantenido un firme compromiso con la excelencia, lo que se refleja en su amplio catálogo de productos: vajillas, cuberterías, mobiliario, químicos, celulosa y, especialmente, en su servicio estrella: la grabación personalizada de co-

pas con el logo del cliente. Este último servicio ha marcado un antes y un después en la forma de personalizar la experiencia del consumidor final en el establecimiento, convirtiéndose en un sello distintivo de la marca.

Un catálogo pensado para la excelencia hostelera. La empresa entiende las necesidades específicas del sector, lo que le permite ofrecer soluciones adaptadas a cada cliente. Desde vajillas y cuberterías diseñadas para resistir el ritmo frenético de las cocinas profesionales, hasta mobiliario que combina estética y

funcionalidad, Comercial Hostelería Gómez no deja detalle al azar. Por su parte, los productos químicos y la celulosa garantizan la higiene y eficiencia que exigen los altos estándares del sector hostelero, reafirmando el compromiso de la empresa con la calidad.

Grabación de copas. Uno de los servicios más destacados de Comercial Hostelería Gómez es la personalización de copas con el logotipo de los clientes. Este servicio no solo refuerza la imagen de marca de restaurantes y bares, sino que también aporta un toque exclusivo a la experiencia del cliente. Con técnicas de grabado de alta precisión, la empre-

sa logra resultados duraderos y estéticamente impecables, posicionándose como líder en este nicho de mercado.

Casi 40 años de confianza y compromiso. A lo largo de sus 40 años de trayectoria, Comercial Hostelería Gómez ha sabido adaptarse a los cambios y demandas del sector, sin perder nunca de vista los valores que la han llevado al éxito: calidad, cercanía y profesionalismo. «Nuestra prioridad siempre ha sido ofrecer a nuestros clientes productos de alta calidad y un servicio que supere sus expectativas. Es un orgullo ser parte del día a día de tantos negocios que confían en nosotros», afirman desde la dirección de la empresa.

Con una visión clara hacia el tiempo futuro y una base sólida de experiencia, Comercial Hostelería Gómez sigue siendo actualmente un pilar fundamental en el sector hostelero, acompañando a sus clientes en cada paso de su crecimiento.

La empresa entiende las necesidades específicas del sector, por lo que ofrece soluciones adaptadas

AVES. Cenar pavo, faisán o capón fue muy normal durante las navidades de antaño

El pavo, asado o relleno, no es una costumbre importada

E.S.

Logroño. Nutritiva, fácil de hacer, para toda la familia –raro será que alguien tenga prohibido el consumo de esta carne por alguna dieta– y con posibilidades de sobra para, valga la redundancia, el buen aprovechamiento de las sobras. «Es el ave más sana porque, con respecto a otras, tiene en proporción mucha más carne que piel, y ya se sabe que es en la piel donde guardan las grasas las aves», explicaba recientemente el cocinero Fernando Canales, el invitado estrella al taller de trinchado de pavo que organizó en Bilbao la Asociación Interprofesional Española de Carne Avícola junto con el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, Alimentos de España. La idea del taller era «perderle el miedo» al pavo, el protagonista de las famosas cenas de Acción de Gracias y, lo que es más importante para los comensales de esta parte del mundo, de tantas mesas de Navidad.

El caso es que ya no se consume como antaño y en parte es así porque ya no se cocina como antes... y porque pensar en varios kilos de carne de golpe da un poco de cosa. En el lugar elegido para cocinar este taller, la demostración se hizo con «una pavita de seis kilos». Se dice pronto. Canales y su equipo se encargaron de hablar de las bondades de este plato tanto como de enseñar la manera de trinarlo y emplatarlo y de dar, además, unas recetas tanto para el cocinado de la pava como el de las sobras, que siempre hay.

«Es una carne blanca muy nutri-

tiva que combina con todo», eso lo primero que hay que saber. «No hay ave obesa excepto las capadas, que es cuando la grasa se infiltra en la carne, y este no es el caso», eso fue lo segundo.

Tercera información útil, ya pensada para llevar a la mesa: «Se macera en un sirope de arce y vino blanco 6 horas, se rellena a la forma tradicional (apio, manzanas, pasas, cebolla) y se mete tres horas al horno, una hora por cada dos kilos de carne».

Y última: menudos sandwiches que salen con las sobras, con mayonesa o con una salsa de roquefort. Hay comida para varios días.

Avianza, la Asociación Interprofesional Española de Carne Avícola –que agrupa a más de 65 empresas asociadas en España y representa a más del 90% de las compañías vinculadas al sector avícola (pollo, pavo y otras aves) con más de 5.000 granjas y centros de producción, 281 salas de despiece y procesamiento y más de 40.000 profesionales–, realizó una ronda de acciones de promoción del pavo –y otras aves– para recordar, en un contexto económico en el que cada vez más personas notan en la cartera el alza de algunos productos de primera necesidad, que «la carne de ave en general es saludable y económica, apta para todos los bolsillos» y que puede ser la «aliada perfecta para celebrar las comidas o cenas festivas de una forma sabrosa». Aunque nos hemos acostumbrado a ver el pavo ligado a tradiciones gastronómicas de otros países, resulta que ha formado parte de nues-



Imagen de un pavo relleno, listo para trincar. L.R.



El pavo, según ha salido del horno, y expuesto sobre una bandeja.

tras mesas desde hace mucho.

En el caso de Acción de Gracias, una de las fiestas más importantes de Estados Unidos y la que aprovechaba Avianza para dar el pistoleazo de salida de la promoción, es el plato estrella y se suele servir relleno y acompañado de salsa de arándanos y de patatas, calabaza, coles de Bruselas al horno, así como de puré de patatas. Fue así como los cenaron los invitados al showcooking gastronómico.

En España, el pavo relleno ha sido una de las recetas más habituales de cara a las fiestas navideñas, aunque es cierto que cada vez está menos presente en las mesas, como es también el caso de otras aves. No hace tanto, los capones o incluso los faisanes, eran considerados exquisitos bocados que no podían faltar en alguna de las grandes citas gastronómicas de la Navidad, pero ahora, se imponen otros platos 'más refinados' pese a que estas fechas son muy dadas a recuperar las costumbres más tradicionales.



EL REFUGIO
BAR-RESTAURANTE

941 44 20 57

El Refugio de Viguera
os desea

Feliz Navidad

¡os esperamos
en vuestra casa!

C. Mayor, 3, Viguera, La Rioja

PULPO. Un apetitoso entrante

Una irresistible delicia marina que está presente durante todo el año

ANDREA D. SANROMÁ

Gijón. El pulpo a la gallega sin duda es uno de los estándares de la gastronomía de esa región cuyo consumo se ha generalizado por todo el territorio nacional y que en La Rioja, se convierte en un recurso navideño para los entrantes de las principales celebraciones.

Aunque los mejores meses para su consumo son de septiembre a abril, lo cierto es que podemos disfrutar de este producto durante todo el año. Destaca por su valor culinario, su bajo aporte calórico y sus beneficios nutricionales. Así que ha pasado de ser un temido monstruo marino de ocho patas a un muy demandado alimento para degustar de diferentes maneras. Para preparar el clásico pulpo a feira se limpia bien quitando la bolsa de tinta, que

se puede utilizar para otras elaboraciones como por ejemplo un buen arroz; se retira también el pico que tiene entre los tentáculos y se vacía la cabeza. Se golpea y se lava con abundante agua y después se procede a asustarlo. En una olla, con agua hirviendo y cebolla, se introduce y saca el pulpo tres veces con la ayuda de un pincho para evitar quemarse. Una vez escaldado se cuece hasta que esté tierno. Al sacarlo hay que tener cuidado para que la piel no se rompa y, por último, se corta en rodajas. Habitualmente se sirve sobre un plato de madera y se sazona con sal, pimentón y un chorrito de aceite de oliva virgen extra. Acompañado por unas patatas cocidas se completa esta popular receta.

Pocos discuten la calidad de este



Una tabla de pulpo a la gallega. EFE

manjar procedente de las costas gallegas, así que del 20 de mayo al 4 de julio se establece un periodo de veda para su pesca con el obje-

tivo de ajustar la gestión pesquera a su ciclo de vida y así proteger su reproducción y contribuir a una explotación más sostenible. Y es que

En la mesa funciona muy bien tanto solo como formando parte de salpicones, cócteles de marisco o brochetas

este producto funciona gastronómicamente en multitud de platos como protagonista único o compartiendo espacio en ensaladas, en salpicones, arroces, brochetas o cócteles de marisco. También se puede preparar a la brasa o la parrilla con una suave crema de patata o en guisos combinados con variadas legumbres como los garbanzos o las alubias.

En Castilla y León, especialmente reconocido es el que se sirve en las fiestas y ferias de la comarca leonesa de El Bierzo y en la localidad zamorana de Sanabria, donde el pulpo a la sanabresa está presente en cualquier celebración; eso sí, le añade un ingrediente más, el ajo.

En la Feria de El Espino (El Bierzo) no falta el exquisito pulpo a la gallega elaborado en las famosos calderos de cobre y aliñados por las manos expertas de las 'pulpeiras'. Una de las ferias ganaderas más populares de la comarca leonesa que se organiza todos los días 1 y 15 de cada mes con la tradicional degustación de pulpo cocinado en la plaza del municipio.

SIDRERÍA CASA ARMENDÁRIZ

EL ARTE DE LA PARRILLA A RITMO DE 'TXOTX'

Sobre las brasas, Álvaro Díez asa carnes y pescados premium, que maridan con la sidra Zapiain que aguarda en tres originales kupelas

REDACCIÓN

Cliente, parrilla y producto. Sobre estos tres pilares se asienta la Sidrería Casa Armendáriz de Viana, que con extremo cariño ha sabido maridarlos Álvaro Díez Cámara para conseguir crear un arte culinario tan tradicional como inolvidable.

El entorno histórico ayuda en el cometido de representar una escenografía que invita a traspasar las puertas de este establecimiento, que abrió sus puertas hace más de veinte años en el corazón de la localidad navarra limítrofe con Logroño. Y lo hizo en unos calados originales de los si-

glos XV y XVI que lucen su piedra primigenia. No obstante, fue en el año 2019 cuando Álvaro Díez se puso al frente de Sidrería Casa Armendáriz para liderar un equipo que comparte con él el amor por la cocina.

Álvaro Díez mece esa parrilla que es la verdadera protagonista del establecimiento. En ella, dando muestra de un virtuosismo hipnótico, acuna carnes y pescados premium, sobre unas brasas alegres que contagian el gusto. Unas brasas que aviva el carbón de encina que traen desde Tolosa.

Y testigos de todo ello son tres enormes kupelas originales que esconden en su interior la Zapiain, una de las mejores sidras vascas, de las que los clientes pueden abastecerse a golpe de 'txotx'. De ellas brotarán más de 3.500 litros, que corresponden a la de temporada –cantidad que llega a los 8.000 anuales–.



Álvaro Díez reabrió la Sidrería Casa Armendáriz en el año 2019. Sonia Tercero

Sidrería Casa Armendáriz se encuentra a tan solo siete minutos de Logroño, en la Navarra fronteriza y orgullosa y en pleno Camino de Santiago. Si bien el ambiente es el típico de las sidrerías vascas, puede presumir de ese toque adicional navarro-riojano que le da un acento especial y distintivo.

En su propuesta gastronómica destaca su amplia carta, así como los menús Sidrería y Vianés, con

chuletones de Okelan –de maduración propia y cortados a mano, con hacha, al momento–, pescados de primera –con una nota destacada a su ventresca de atún–, tortilla de bacalao, 'txistorra' de El Bordón Embutidos y demás exquisiteces del entorno. Además, mención especial hay que hacer a los pimientos con bonito, asados a la leña en la propia parrilla de la casa.

La guinda de la oferta culina-

ria, que puede degustarse en cualquiera de los cuatro salones en los que se divide el establecimiento, la ofrecen sus sesenta referencias de vino de Rioja y Navarra, sin olvidar su sempiterno queso Bertizarana con membrillo.

Sidrería Casa Armendáriz es, sin duda, una cita imperdible para todas las personas amantes de una cocina tradicional basada en productos de primera categoría y una parrilla de encanto.



Una familia afronta una de la comidas navideñas. A.S.

SALUD. No es saludable eliminar una comida

No haga lo que no tiene sentido

Saltarnos la comida para compensar la cena de Nochebuena es un error desde el punto de vista de la salud, y cometemos más

FERMÍN APEZTEGUIA.

Logroño. Es curioso lo exquisitos que nos ponemos en Navidad, y no me refiero a ñoños, mojigatos o refinados. Después de un año en que nos hemos cuidado de aquella manera, decidimos que las fiestas de fin de año son un atracón insano y, hala, tomamos las decisiones más equivocadas. Y lo peor: estamos tan convencidos de que lo que hacemos está bien que luego vamos y nos damos una palmadita en la espalda. '¡Jo, qué buenos somos!' Pues no. Hay cantidad de hábitos que damos por buenos y no lo son tanto. Como por ejemplo, ese de comer menos –o directamente no comer– el día de Nochebuena y Nochevieja para compensar las zampadas previstas para la noche. Le sueña, ¿verdad? Yo también lo he hecho y es una tontería supina, no vale para nada.

Una encuesta nacional realizada en Orlando (Estados Unidos) ha puesto de manifiesto que dos de cada cinco ciudadanos están preocupadísimos por lo que jaman durante las fiestas de fin de año; y muchos de ellos, pero muchos, hacen cosas sin sentido para intentar compensar los excesos. Esto nos lleva a una noticia buena y otra mala.

La buena es que los nutricionistas dicen que no hay que sentirse culpables porque nos permitamos algún capricho navideño. No... pasa... nada. Son sólo cuatro comidas, cinco a lo sumo si se cuenta la del día de Reyes. En nutrición no cuenta la excepción, sino la regla. El hábito que mantenemos durante todo el año es el que nos premia con salud o nos condena con enfermedad.

Alimentación consciente

Lo descrito –y ésta es la mala noticia– no es exclusivo de Orlando. Aquí funcionamos exactamente igual. «Si no se está acostumbrado al ayuno, saltarse una comida puede generarnos un problema mayor que el que tratamos de evitar», explica la nutricionista de la red IMQ Camila Hernández. Puede llevarnos a sentarnos a cenar con ansiedad y a comer demasiado rápido, sin ser conscientes de lo que ingerimos. Mal.

En cambio, si llegamos a la mesa saciados, aunque con apetito, podremos tomar decisiones más inteligentes en torno a la comida. Te-

ner conciencia de qué se está ingiriendo, la cantidad servida en el plato y la velocidad a la que se zampa ayudan de manera eficaz a una jornada saludable.

Otro de los errores más comunes de las comidas navideñas consiste en evitar ciertos grupos de alimentos con el fin de equilibrar las calorías de la ingesta. Por ejemplo, quitarse los hidratos de carbono. Pues no. Es la mejor forma de desequilibrar nuestra dieta habitual, la que sea. El remedio se convierte una vez más en algo peor que la enfermedad; especialmente si se tiene en cuenta que el objetivo de la alimentación navideña no es tanto la dieta –aunque la cuidemos– como los factores emocionales, culturales y sociales que rodean la mesa. Es decir, la tradición, la familia, las personas que amamos.

Olvídense del peso. Déjese de controlar permanentemente los kilos. Coma de forma consciente y si gana algún kilillo de más, no se preocupe, ya lo bajará luego. Esa obsesión no es buena para su salud ni le permite disfrutar de la fiesta.

Ojo con la mezcla

También es una mala idea tomarse analgésicos antes de acostarse para rebajar la resaca del día siguiente. La mezcla resulta explosiva. Lo mejor es no beber alcohol; si lo hace, que sea con moderación; y si se pasa –por su salud, mejor no– beba agua y deje al hígado y los riñones que cumplan su función. Es lo saludable.

En fin, lo de siempre, planifíquese, coma fruta y cuele las verduras en sus menús. Pero sobre todo y pese a todo, disfrute de las fiestas. Feliz Navidad.



Mesa navideña. A.S.

RAMÓN BILBAO RESERVA

TODO EL SABER Y SABOR DE RIOJA

Cuando te dejas llevar por la curiosidad, descubres que combinando a la perfección los ingredientes clásicos de Rioja, como el tempranillo y el envejecimiento en barrica de roble americana, y añadiendo la personalidad única de nuestra Bodega, es posible reinterpretar lo que ya creías conocer. Disfruta de todo el saber y sabor de Ramón Bilbao Reserva.



DESDE 1924
RAMÓN BILBAO
100 AÑOS INSPIRADOS
POR LA CURIOSIDAD

COCOCHAS. La cocina vasca las ha extendido a todo el país, especialmente en Navidad

Un bocado muy delicado, gelatinoso y bien cotizado

LOGROÑO

J.L. Se da el nombre euskeriko de kokotxas (cocochoas en español) a la parte gular o carnosa existente entre las mandíbulas o arco maxilar inferior de la merluza, y aunque el término se refiere fundamentalmente a las de merluza, también se guisan las de bacalao. Capricho de la cocina vasca, son muy apreciadas gastronómicamente ya en todo el país, dando como resultado un manjar extraordinariamente delicado, un plato gelatinoso, muy apreciado y cotizado.

La cocina vasca tiene tres preparaciones básicas para las cocochoas, a las que se tiene mucho respeto culinario y apenas admiten variaciones: Al pil-pil, guisadas en cazuela en la que se han dorado unos ajos en aceite, moviendo constantemente el recipiente para que la gelatina que sueltan engorde rápi-

damente la salsa –se espolvorea al final con perejil picado–. Albardadas, recortando bien la espina y zona gelatinosa para sazonar, enharinar y pasar por huevo batido; se frien en abundante aceite bien caliente y se escurren antes de servir. Y a la plancha, dejándolas unos segundos al contacto con la placa caliente.

En otras preparaciones pueden acompañar a la merluza en salsa verde y, cuando son pequeñas, de pescadilla, se parten por la mitad, se sazonan, se les da una vuelta por la sartén, y una vez bien escurridas se revuelven con huevo batido y se cuaja el conjunto.

En La Rioja es habitual que las cocochoas (normalmente de merluza) estén presentes en algunas de las comidas o cenas navideñas. En alguna de las variantes reseñadas aunque lo más tradicional es que



Un plato de cocochoas en salsa verde. E.C.

se cocinen en salsa verde o acompañen a algún otro plato, generalmente con merluza.

Para los maestros cocineros, si se trabaja con cocochoas congeladas hay que cuidar mucho la descongelación, dejándolas en el frigorífico durante 24 horas para luego secarlas cuidadosamente, consejo que vale también para las frescas, que deben estar siempre absoluta-

mente secas porque en caso contrario ligan de forma irregular y el aceite hirviendo salta en la sartén. Si el aceite está muy caliente, las cocochoas se encogen y se secan, y quema la gelatina. Seguido y con un ligero movimiento circular de la cazuela o sartén y en poco más de un minuto, se desprende la gelatina que emulsiona con el aceite y el agua, componiendo la salsa tí-

pica vasca. Las cocochoas de bacalao se utilizan cada vez más, suelen ser más untuosas que las de merluza y ligan más fácilmente. Como contrapartida, pueden salir algo más secas. Si se utilizan cocochoas de media salazón, de unos seis meses de conservación, conviene desalarlas previamente durante 6-8 horas, teniendo la precaución de cambiar dos o tres veces de agua.



*Organiza tu evento
Hazlo donde tú quieras
Nosotros te lo preparamos
y cocinamos para ti*



30 AÑOS DE EXPERIENCIA

MENÚ ESPECIAL NOCHEBUENA - NAVIDAD

ENTRANTES:

Milhojas de foie y manzana reineta
Boniato con crema de aguacate y langostinos
Ensalada de jamón con lascas de Idiazábal al aroma de albahaca

PRINCIPALES:

Merluza rellena de centollo con salsa americana
Sorbete de Mojito
Corderito de la sierra asado con patatas panaderas

POSTRE:

Tarta de queso horneada

**Precio: 38.50 Euros
POR ENCARGO**

Recogida en el local 24/12/24 antes de las 14:00h.

MENÚ ESPECIAL NOCHEVIEJA - AÑO NUEVO

ENTRANTES:

Ensalada de aguacate con salmón y langostinos
Espárragos rellenos de espinacas y gambas

PRINCIPALES:

Colitas de rape con refrito de ajo
Sorbete al vino tinto de Rioja
Cochinillo asado con patatas

POSTRE:

Tarta de oreo casera

**Precio: 38.50 Euros
POR ENCARGO**

Recogida en el local 31/12/24 antes de las 14:00h.

RESERVA TU COMIDA O CENA DE NAVIDAD PEDIDOS RETIRADA EN EL LOCAL

Avenida Colón nº57 · Logroño · 646 15 80 84



Territorio | Personas | Producto | Gastronomía

#productoriojano
lo vas a querer



@lariojacapital

www.productoriojano.com



La Rioja

DE TORRE GOURMET



Álvaro Nieto, su gerente, ha sabido revitalizar De Torre Gourmet y ha convertido el establecimiento en todo un referente de la capital.

SuleymanEvrar / Sadé Visual

DE TORRE GOURMET. Desde 1962 aúna artículos de compra diaria y otros más exclusivos

PRODUCTO SINGULAR Y ARTESANO PARA CONQUISTAR EL PALADAR

Especializado también en preparar cestas para regalo y bandejas personalizadas, el establecimiento destaca por su atención personalizada y al detalle

REDACCIÓN

De Torre Gourmet, que nació en 1962, ha conseguido aunar en un mismo negocio dos ideas: la tienda de barrio, donde realizar la compra diaria, y la tienda especializada, con género más especial y exclusivo, que no se ve de manera cotidiana. «Me gusta tener lo mejor de lo mejor, pero siempre a un precio razonable y que la gente pueda venir todos los días», manifiesta Álvaro Nieto, su gerente.

El buen gusto se observa desde el primer momento al adentrarse en esa tierra de sabores ubicada en la calle Pilar Salarrullana, 25 y que cuenta con un tesoro muy preciado en la parte más alejada de la entrada, su cava

de quesos: una zona climatizada donde aguardan, en perfectas condiciones de conservación, auténticas joyas. También se encuentran verdaderas maravillas en el rincón reservado al jamón, que desprende aroma a tradición y artesanía.

«Asimismo, estamos especializados en la preparación de encargos, tablas o cestas de regalo», resalta. En este apartado, precisamente, es donde más se nota que ha crecido la demanda. «Sobre todo, en estas fechas cuando nos gusta tener un detalle». Para ello en De Torre Gourmet preparan tablas y cestas «superpersonalizadas, a gusto de cada uno. La única cesta estándar que tenemos es la de producto riojano». En cuanto a las bandejas, de quesos y de embutidos, ha buscado la comodidad. «Están ya emplatadas; solo es abrir y poner encima de la mesa, porque cada vez tenemos menos tiempo».

Reconoce que, con el paso de los años, se tiende hacia platos más sencillos, que no conlleven tanta preparación. «Nos gusta



Detalle de una de las bandejas. L. R.



Cesta personalizada en De Torre Gourmet. L. R.

socializar y no pasar tanto tiempo en cocina. En Navidad, por ejemplo, podemos poner un poco de foie, unos fiambres como los que tenemos de pato relleno de foie o de gallina trufada, que van unidos al huevo hilado», propone. También recomienda el micuit artesano que llega a la tienda en producciones muy pequeñas y que triunfa.

Habrán quesos singulares —alguno ha sido campeón del mundo, como el noruego Kraftkar—, que podrán acompañarse de su amplio surtido de tostas o panes —cuentan con más de 80 referencias—; trufa fresca, cecina de wagyu o salmón 'Nature', «que cortamos a mano en el momento, no tiene nada que ver con otro tipo que ya viene precortado». En sus estanterías se podrán hallar «turrón artesano de grandes pastelerías, de sabores diferentes y también clásicos, muy diferentes a los de gran producción».

Pero, sobre todo, no faltará la atención personalizada y al detalle. «Intentamos aconsejar al cliente en todo. Recomendaciones, recetas diarias, para las cenas...». Y uno de los consejos que da Álvaro Nieto es que realicen los encargos con bastante antelación. «Tenemos un número máximo de pedidos y es la única manera de garantizar la excelencia y dar un servicio de calidad». De ahí que De Torre Gourmet amplíe su horario en días claves, como el domingo 22 de diciembre, que abrirá mañana y tarde, o el lunes 23, que no cerrará a mediodía.



Mariscos Vidio presenta diferentes opciones para las celebraciones navideñas. Juan Marín

MARISCO Las diferentes características de cada animal exigen un diferente modo de cocción para poder disfrutarlo

El protagonista de las mesas navideñas

I.A.

Logroño. Siempre hay un hueco para el marisco en las mesas. Sea por una celebración, por un domingo especial o incluso sin motivo aparente, unas quisquillas, unas almejas o con suerte un bogavante siempre son bien recibidos en casa. Es un alimento que, dado su extraordinario y peculiar sabor, no requiere mucha manipulación. Simplemente cocido ya sabe a gloria. Eso sí, hay que tener claras algunas reglas que no conviene saltarse para evitar sorpresas. Cuando se confecciona un menú con marisco hay que tener en cuenta que tiene un porcentaje de desperdicio de hasta el 60%. Está casi abandonada la costumbre de cocerlo en agua de mar, ya que por desgracia no ofrece garantías de limpieza total. Habrá que



Percebes conservados en hielo en una pescadería logroñesa. L.R.

utilizar agua dulce y echar unos 30-40 gramos de sal por litro. En todo caso, líquido abundante e hirviendo a borbotones... Un matiz: si el animal está vivo siempre es mejor cocerlo en frío para que no se rompan las patas. Si esto sucede, la pieza se echa a perder porque le entra agua dentro y pierde todo el sabor. Si está muerto o congelado, en caliente. Lo de añadir unas hojas de laurel es una práctica extendida en Galicia. Hay quien considera que tiene un gusto demasiado destacado que acaba por matar el del marisco, que debe saber a mar. Quien no pueda renunciar a aromatizarlo puede usar algas secas (en el agua de cocción), que incluso se pueden utilizar para decorar el plato. Veamos las particularidades de cada especie en la cocina.



Arriba, una bandeja de ostras; debajo, almejas del atlántico. J. Marín/ L.R.

Almeja

La almeja fina es la más apreciada. Hay que desechar las que al tocarlas no se cierran. Si al llegar a casa no las vamos a consumir inmediatamente, las envolveremos con un paño de cocina húmedo y sal. Antes de cocinarlas, las pondremos en un recipiente con agua y sal durante al menos 30 minutos para que suelten la arena y las impurezas que puedan contener. Un truco para saber si aún tienen arena es hacerlas botar en un cuenco de plástico. Si rebotan quiere decir que ya hanperdido toda la que podían contener. Al vapor, con un chorrito de aceite, ajo y perejil, en salsa verde, a la marinera... El contacto con el calor debe ser mínimo para que no queden correosas.

Bogavante y langosta

Suele confundirse a estos dos crustáceos. Mientras el primero exhibe unas largas antenas, el segundo ha transformado sus dos primeras patas en poderosas pinzas. Además, la langosta viva es de un color pardo rojizo claro, mientras que

el bogavante es azulado, solo se vuelve rojo tras la cocción. Pese a diferir en apariencia física, su sabor es muy similar. Ambos se preparan a la plancha o cocidos.

Buey de mar

El buey de mar ha de comprarse vivo. Su caparazón debe presentar una tonalidad uniforme sin manchas oscuras. Las hembras, que tienen un triángulo más grande en el vientre, son mejores. A la hora de cocerlo, por cada kilo que pese el crustáceo hay que contar dos litros de agua. Es importante enfriarlo en hielo para cortar su cocción y lograr que la carne quede más tersa. Ésta puede desmigarse y prepararse como el txangurro.

Cigala

La carne de la cigala, blanca, fina, con mucho sabor y la que menos calorías aporta de entre todos los mariscos, está en el abdomen, formado por segmentos y una cola alargada. En sus pinzas tiene espinas que le sirven para atrapar sus

presas y defenderse. Dada su fragilidad, se recomienda que las cigalas sean cocinadas al instante. Se sirven rebozadas (las colas limpias), cocidas en agua salada (tres o cuatro minutos), a la plancha y a la parrilla. Las pequeñas son complemento perfecto de zarzuelas de mariscos y paellas.

Quisquilla y gamba

La quisquilla carece del pico alargado en forma de sierra que tiene la gamba. Tiene, en cambio, en la parte anterior del cefalotórax, una espina central y dos laterales. Además, se «ruboriza» más que la gamba en la cocción. En general ambas se preparan cocidas y se sirven enteras como entremés. Peladas pueden utilizarse en cócteles, ensaladas y adornos de pescado.

Centollo o txangurro

Se deberán elegir unos centollos vivos, con fuerza en las patas y en las pinzas. Instantes antes de cocerlos se atolondran con un pequeño chorro de vinagre en la boca,

lo que evitará que, al introducirlos en agua hirviendo con sal, pataleen y se rompa alguna pinza. Conviene incluso sujetarlos unos minutos en el fondo de la olla. Una vez hechos se colocan sobre un colador para recoger los jugos cuando se separen las pinzas y las patas. Para desprender el caparazón, lo mejor es agarrar el centollo con una mano y, con la otra, sujetar la parte trasera y dar un giro, con un tirón fuerte. La carne hay que reducirla a pequeños filamentos y se guarda en el caparazón previamente lavado por ambos lados. En caliente, la receta más típica es Txangurro a la donostiarra (su carne se cocina con puerro, zanahoria, cebolla, tomate y ajo, se mete en el caparazón y se gratina en el horno). En frío, es habitual el salpicón.

Langostino

Dos reglas de oro para cocer langostinos: agua hirviendo primero, agua helada después. Así, una vez hervidos en agua con sal se van colocando en otro recipiente con agua helada. Si se prefieren langostinos

congelados, hay que descongelarlos del todo antes de cocinarlos. Si no, el agua tardará en cocerlos. Si los sacamos pronto quedarán crudos y si los dejamos mucho el centro del langostino no se hará y la carne externa quedará blanda.

Nécora

A la hora de la compra, se deben calcular unos 250 gramos por persona. Para comprobar que están llenas de carne y no de agua deben agitarse un poquito. También es importante ver que no haya ninguna pata ni pinza rota ya que, durante la cocción, podría entrar el líquido por la roturas y dejar escapar los jugos del marisco, de manera que perdería sus propiedades culinarias. Si se detecta la rotura una vez compradas, las nécoras deben introducirse en agua hirviendo con las patas afectadas taponadas con papel de aluminio. Se recomienda comprarlas cuando están vivas, con los ojos brillantes y defendiéndose si se tocan. Como todos los crustáceos, son más sabrosas las hembras. Una vez las nécoras estén cocinadas, deben abrirse. Es muy difícil extraer carne de las patas, ya que son planas y no son tan jugosas como el resto de los crustáceos, por lo que se pueden consumir sorbiendo sus jugos, siempre sabrosos.

Ostra

Aunque las ostras se pueden disfrutar crudas, también se las puede incorporar a una variedad de deliciosos platos. A pesar de que se preparan muy fácilmente, un simple error puede convertir a un delicioso plato en un desastre gomoso. Antes de empezar a cocinar hay que deshacerse de cualquiera que no esté bien sellada. El acompañamiento típico de las ostras puede ser un simple limón exprimido.

Pulpo

Existen tantas formas de cocer el pulpo como pulpos en el mar. En general, se hierve agua en una olla grande, con una pizca de sal (hay quien no le echa nada) y una cebolla pelada. Una vez está hirviendo, se introduce agarrándolo por la cabeza y se saca tres segundos. Esto se repite tres veces, se espera a que vuelva a hervir el agua y se cuenta más o menos 15 minutos por kilo. Luego lo pinchamos y, si notamos que está de nuestro agrado lo sacamos. Si no, un ratito más. El pulpo debe quedar «al dente». Es decir que cruja, esté duro y tierno al mismo tiempo y con toda su piel pegada al mismo. El pulpo fibroso, que cuando lo masticas no rompe y es imposible de cocer bien, es como un chicle y no se puede disfrutar bien de él. El problema no está en la cocción, sino en el animal.

SALUD. Aunque llegan tiempos de excesos, se pueden seguir pautas para minimizar sus efectos

Decálogo de una Navidad saludable

FERMÍN APEZTEGUÍA

Logroño. Las navidades ya no son lo que eran. Desde un punto de vista alimentario, por supuesto. Ya no son, como en otros tiempos, las únicas fiestas del año en que uno se sentaba a la mesa para disfrutar del placer de la comida. Ahora hay mil y un días especiales y otras tantas razones que justifican una buena panzada. «Lo sensato sería intentar pasarlas provocando el menor daño posible a nuestra salud», aconseja la nutricionista Silvia Zuluaga, que ha elaborado un decálogo para sobrevivir a los excesos navideños. Estos diez mandamientos se resumen en dos: disfrute de la mesa y hágalo con sentido común.

1. Planifique los menús de los días anteriores y posteriores a las celebraciones, incluyendo en ellos frutas y verduras, que suelen ser las grandes ausentes de las fiestas. Recuerde que una alimentación sana requiere la ingesta, sobre todo, de estos dos grupos de alimentos y pescado más que carne.

2. No se salte comidas ni previas ni posteriores para intentar compensar los excesos. No se engañe. Eso no funciona. No comer para disfrutar plenamente de la cena solo sirve para hincharse a picotear durante toda la tarde y pegarse un atracón por la noche, que es justo lo que debe evitarse. Puede parecer una idea genial, pero la experiencia demuestra que nunca se cumple. Sea sincero con usted mismo.

3. No es solo cuestión de peso. No se organice pensando solo en los kilos de más o de menos con que quiere llegar al 7 de enero. Comer con cabeza significa evitar ardores, indigestiones, fatiga y malestar general.

4. Sírvasse todos los entremeses a la vez en un plato. Verlos juntos nos permite ser más conscientes de lo que nos estamos metiendo al cuerpo. Dos o tres croquetas, un poco de ensaladilla rusa, algún langostino, un poco de jamón, lomo. Si quiere, sea generoso con lo que le gusta de verdad, que es Navidad; y rellene el resto del plato con otros alimentos. Pero, claro, no se pegue



Dos copas de vino en una mesa navideña. L.R.

una panzada con todos y cada uno de los entrantes.

5. Coma despacio. De ese modo, dará tiempo a que su cerebro comience a procesar la sensación de saciedad, que no es automática, como la del dolor. Cuando comemos deprisa, no damos tiempo al estómago a enviar esas señales de saciedad al órgano rector del sistema nervioso central. Si nos sentamos con hambre y nerviosos, comeremos el doble. Si lo hacemos de forma pausada, disfrutaremos el doble de la comida y... evitaremos repetir.

6. Evite repetir. Recuerde: después de la Nochebuena vienen Navidad, Nochevieja, Año Nuevo y Reyes; y lo que entra por la boca, ha entrado. Si se hincha, mucho de ese alimento se quedará en casa, redondeando nuestra figura y, lo que es peor, sembrando la semilla de enfermedades muy graves.

7. Póngase un tope para el dulce y coma solo el que le gusta. Haga de su postre favorito el elegido. La industria saca cada año nuevas tentaciones que acaban en nuestra mesa y ¡jo, cómo no vamos a probar! ¡Pues no! Recuerde que las sobremesas son largas y las fiestas, también.

8. Acuérdesese de beber agua, deguste el vino y reserve el cava o champán para brindar. No utilice las bebidas alcohólicas para quitar la sed ni para ayudar a pasar la comida. Recuerde que cada una tiene su función. Sobra decir que el consumo excesivo de alcohol carece de todo sentido.

9. Reparta las sobras entre sus invitados para poder seguir al día siguiente con su planificación alimentaria. La Nochebuena no tiene que durar cuatro días. Las sobras son lo más peligroso.

10. La comida no se acaba con la celebración. Volveremos a sentarnos a la mesa al día siguiente, al otro, al otro y al otro; y volverá a haber comida. Tampoco confíe en que la piña adelgaza ni en que el zumo de limón en ayunas arrastre los excesos cometidos. El único 'Plan Detox' que funciona son los puntos 1 y 2 del decálogo.

11. Y como es Navidad, como regalo, un consejo más. Disfrute de las fiestas y de estar con las personas que ama. No ponga en la comida el único foco de disfrute, sino el argumento para celebrar un año más de vida junto a los suyos.

¡Feliz Navidad!



UN NUEVO
CONCEPTO
DE VINOTECA

Larria
vinoteca

www.larria.es

vinoteca@larria.es

Avda. Pérez Galdós, 52 - LOGROÑO

TeL. 941 582 392

VINOS
ACEITES
LICORES



Enrique Rituerto,
en el Mercado del
Corregidor.
Sullyman Evrán/
Sadé Visual

ENRIQUE RITUERTO. Presidente de la Asociación de Comerciantes del Mercado del Corregidor

«No sé si nuestro producto es mejor que el del resto, pero seguro que es más fresco»

LOGROÑO

El Mercado del Corregidor, a través de su asociación (de la que forman parte 12 puestos), trata durante todo el año de estar presente en la memoria de los ciudadanos de Logroño para recordarles que desde hace casi 65 años, unos cuantos emprendedores les ofrecen un trato cercano, producto de calidad, fresco y de proximidad que no les pueden ofrecer otro tipo de establecimientos.

Ahora, cuando las fiestas navideñas se acercan y la inversión en alimentación va a crecer para buscar los mejores productos, apelan a los logroñeses y les invitan a pasarse por El Mercado del Corregidor, que en las próximas semanas comienza con un programa de dinamización para hacer aún más atractiva la visita.

— ¿Qué prepara la Asociación para los próximos días previos a la Navidad?

— Pues por ejemplo, durante los tres últimos sábados del mes de diciembre vamos a sortear cuatro jamones cada día entre los clientes de los puestos adheridos a la Asociación (doce de los del Mer-

cado). Ese ya puede ser una buena razón para venir a comprar aquí.

Además, dos sábados vamos a tener música de dj dentro del Mercado, los otros dos sábados, los propios comerciantes vamos a ofrecer degustaciones. Cada puesto va a preparar lo que quiera con los productos que él vende... cada uno puede preparar la degustación de lo que desee y pueda.

— Se ve que lo que tratan ustedes es de dinamizar el Mercado de Co-

regidor.

— Yo siempre he opinado que para que la gente venga al Mercado y compre, es bueno también que se divierta. Con estas iniciativas que vamos a llevar a cabo, lo que queremos es eso, que compre (que es lo que más nos interesa), pero que también disfrute.

— ¿Es esa una forma de luchar contra la competencia?

— Yo creo que lo que nos diferencia del resto es que podemos ofre-

cer calidad y producto de proximidad. No sé si lo nuestro es mejor que lo del resto, pero sí estoy seguro de que es más fresco. Yo ya he contado en alguna ocasión, que una vez fui al principio de la mañana a la verdulería a comprar una lechuga. El verdulero me preguntó que para cuándo la quería. Le contesté que para la hora de la comida, y entonces me pidió que esperara un rato porque sabía que el hortelano había ido a su huerta de

Varea, las estaba recogiendo y cuando las tuviera se las llevaba a él al puesto. Eso obviamente, no lo puede hacer una gran superficie. Sólo lo podemos hacer nosotros y esa es nuestra fortaleza.

Y luego nosotros tenemos una cercanía personal con el cliente que no se puede tener en otro tipo de establecimientos. Hay muchas ocasiones que una clienta ha llegado a casa, se pone a hacer la comida y le surgen dudas con la receta o la forma de cocinar un producto que nos ha comprado. Pues nos llama por teléfono... yo he visto como la pescatera le iba indicando a la clienta lo que tenía que ir haciendo para preparar unos calamares en su tinta, paso a paso y por el teléfono... mientras atendía su negocio.

Influencia en el campo

— Aunque parezca que no, de su supervivencia depende también la de otros muchos negocios del sector primario.

— Por supuesto...que sí. Nosotros somos los que ofrecemos producto de proximidad, de kilómetro 0 por lo que la huella de carbono es mínima y también contribuimos a que no se extienda aún más la España Vacía porque la gente de los pueblos, en la mayoría de los casos, se dedica a la agricultura y la ganadería que es de donde nosotros obtenemos los productos que luego vendemos al cliente en nuestros puestos. Nosotros normalmente no recurrimos a grandes explotaciones.

«En diciembre vamos a sortear cuatro jamones cada sábado entre nuestros clientes»

«Esperamos una campaña rara con mucho desbarajuste en los precios»

«Nos diferenciamos en que podemos ofrecer calidad y producto de proximidad»

Enrique Rituerto, como buen conocedor tanto del Corregidor como del mercado en general, no se atreve a aventurar qué tipo de campaña navideña espera: «Veo que va a haber un desbarajuste importante en los precios. No sé si van a ser muy caros o más baratos, pero va a

«Muchas veces vendemos el producto y damos la receta de cómo se puede cocinar»

ser rara por lo que estamos viendo» y refiriéndose a su sector, el que más conoce, afirma «va a haber que traer corderos de fuera porque no hay. El COVID obligó a sacrificar vacas porque no se vendían corderos y no se les podía dar de comer, y ahora faltan».

ASOCIACIÓN MERCADO DEL CORREGIDOR. Los doce puestos que la integran abarca prácticamente todo lo que se necesita en la cocina

La riqueza del producto fresco y de proximidad

LOGROÑO

La Asociación de Comerciantes del Mercado del Corregidor está integrada por doce de los puestos del recinto que se abre tanto a Duquesa de la Victoria como a Avenida de la Paz.

Estos puestos ofrecen un producto fresco y de temporada, normal-

mente de proximidad (las verduras están todavía en la huerta apenas un par de horas antes de ponerse a la venta en el mercado) y con la garantía personal de quien lo vende.

En muchos casos, el panadero, pescatero, carnicero, verdulero o frutero... son mucho más que un

mero dependiente. «Con frecuencia vendemos el producto y damos la receta de cómo cocinarlo de la forma más adecuada», reconocen en el propio mercado.

Caminar por sus pasillos permite conocer, muchas veces, la actividad de los agricultores y ganaderos de la región porque son ellos los que proveen de productos a los diferentes puestos. La riqueza y variedad de la producción agroalimentaria regional se pone de manifiesto en un lugar como El Corregidor, que cada mañana –desde hace ya casi 65 años– levanta la verja para dar entrada a muchos ciudadanos que prefieren un trato personal y cercano, y un producto de la máxima confianza a lo que pueden ofrecer las grandes cadenas de distribución.



ALIMENTACIÓN Y PASTAS NIEVES

Dulces navideños. Durante todo el año, Pastas Nieves dispone de un amplio surtido de dulces, pero en estas fechas, los más demandados del establecimiento son los navideños que incluyen al mazapán riojano, frutas de Aragón o polvorones de Estepa.



BACALAO MARTÍNEZ VELOZ

Bacalao. Es un ingrediente fundamental en muchos platos de los que estarán en las mesas esta Navidad. Se trata de pescado de la firma riojana Bacalao Alejandro, procedente de Islas Feroe. Se puede encontrar tanto salado como ya desalado.



CARNICERÍA VIVAR

Chuletillas. En Vivar prima la calidad sobre el precio («la mayoría de las clientas no me preguntan el precio, sólo quieren lo mejor», asegura) y por ello dispone de corderos recién matados y también unas delicadas chuletillas para poderlas degustar asadas, fritas o incluso rebozadas.



CARNICERÍA CHARCUTERÍA RITUERTO

Cordero En cualquier celebración riojana que se precie, el cordero está presente. Los que ofrece Rituerto son riojanos, criados a no más de 25 kms de la capital; tienen menos de 30 días y sólo han sido alimentados con la leche materna para que su carne sea delicada.



CHARCUTERÍA SANTI Y MARULI

Bandejas de embutido. Los platos principales de las cenas navideñas vienen precedidos por unos entrantes que Santi y Maruli facilitan. Ellos ofrecen –por encargo– bandejas de embutido y quesos selectos. Se pueden ver en charcuteria-santiymaruli.charcutero.es



EL 23 CAFÉS, APERITIVOS Y MERIENDAS

Bocadillos y emparedados. El Corregidor invita a hacer una visita a El 23, el punto hostelero de la instalación que ofrece además de los cafés e infusiones, pinchos tradicionales, bocadillos o emparedados sólo elaborados con producto del propio mercado.



FRUTAS Y VERDURAS CARLOS ARAGÓN

Verdura de invierno. El verde predomina en esta verdulería que, en estas fechas, ofrece lo que la huerta da en invierno como las escarolas, alcachofas y en breve también los cardos tan típicos en la Navidad riojana. Entre las frutas, la piña es la reina en esta época.



FRUTAS Y VERDURAS LA RIBAZA

Pera de Rincón. Según Frutas Aragón es, «la pera que 'recupera', por su intenso dulzor, marcado aroma, con un corazón jugoso y consistente. Podemos disfrutarlas durante todo el año. gran cantidad de nutrientes y sus numerosos beneficios para el organismo»



PANIFICADORA RUBIO

Pan artesano. Éste es un puesto de visita diaria obligatoria para recoger cada jornada el pan artesano elaborado en Logroño. A la vez se puede recoger también la leche fresca que ponen a la venta, casi minutos después de haber sido ordeñada. También disponen de dulces, harinas...



PESCADERÍA DOMINGO NAVAJAS

Cocochas. Muchas cenas de Nochebuena o Nochevieja disfrutarán de cocochas de merluza. Son uno de los ingredientes más demandados durante estas fechas, junto a los mariscos y otros pescados enteros. Todo eso se puede adquirir en Domingo Navajas.



POLLERÍA Y HUEVERÍA RESTI

Pechuga adobada. En este establecimiento son especialistas en pollo, pero también en productos elaborados que se derivan de él. Las pechugas adobadas, junto al picadillo de pollo o los muslos deshuesados son algunos de los productos más demandados.



TIERRA HUGO

Trompetas de la muerte. Es uno de los últimos en llegar a El Corregidor, pero pronto se ha hecho una clientela fiel con productos como las trompetas de la muerte, los boletus, las angulas de monte que son las que ahora vende, junto a otros productos relacionados con las setas como aceites o trufas.

MEJILLÓN. Al vapor, en salsa o como tigre, no será difícil encontrarse en la mesa estos días

Un marisco tan asequible como versatil en la cocina

JESSICA M. PUGA

Gijón. La cultura popular dictamina que los meses con 'erre' son los mejores para el marisco que se divide en crustáceos (langostino, ñocla y percebe) y, moluscos, que pueden ser cefalópodos (pulpo, calamar...), equinodermos (oricios) o bivalvos. Son siete las especies de moluscos bivalvos que más gustan en España: almeja, berberecho, navaja, ostra, vieira, zamburiña y mejillón.

A los bivalvos se les identifica fácilmente por su apariencia, pues su cuerpo, la parte comestible, está protegido por dos conchas que se abren y cierran porque están unidas por un lado. De todos ellos, el más popular es el mejillón (*Mytilus edulis*), y la prueba está en que cualquiera lo identifica fácilmente por su concha alargada con un extremo puntiagudo y otro redondeado y su

color negro azulado. La popularidad también le viene en tanto que España está entre las primeras potencias productoras mundiales, solo por detrás de China. En Galicia son populares, y ahora incluso un recurso turístico que se puede visitar, las bateas donde se crían los mejillones

Su fama se trasladó pronto a la mesa, animada por tratarse de un producto de precio tradicionalmente asequible y que se presta a un sinfín de preparaciones que van desde lo más simple a lo más complejo. Basta con cocinarlos al vapor y echarles un poco de limón, sidra o vino blanco para disfrutarlos.

Otra opción es elaborar con ellos 'tigres', un bocado que el bar '5 Pesos' de la logroñesa calle República Argentina elevó al nivel de excelencia para los paladares, incluso para los más exigentes.



Una ración de mejillones al vapor. E.C.

O incorporarlos a unas siempre socorridas salsas, da igual que sea marinera, americana o brava. O al ajillo y en escabeche, que es la apuesta principal cuando van en conserva, igual que aderezados con

laurel o guindillas.

A su favor también juega su sabor marino y totalmente identificativo y, puesto a evitar complicaciones a la hora de cocinar, se da la circunstancia de que en la mayoría

de las elaboraciones se puede sustituir por otro bivalvo. Por ejemplo, si la intención es preparar una salsa verde, bien se pueden emplear unas almejas si el siempre socorrido mejillón no fuese posible.

URCEY

UN CATERING QUE SE ADAPTA AL COMPLETO AL NÚMERO Y PETICIONES DE SU CLIENTELA

El restaurante ubicado en Logroño tiene experiencia en realizar paellas de todos los tamaños llegando a dar servicio en eventos de hasta mil comensales

LOGROÑO

La hostelería es un mundo enormemente gratificante pero también sumamente agotador. Los días de descanso se cuentan con los dedos de una mano buscando dar el mejor servicio a una clientela fiel y fija. Si ya es difícil llenar los salones, coger las cocinas y llevarlas sobre ruedas por España no se queda atrás. Aunque tal y como reconoce la propietaria del Urcey, Najoua Birkri, es algo que engancha.

Es por ello que este restaurante todoterreno se desvía a

diario por complacer los gustos de los comensales allí donde les llamen con su catering. Desde en una pequeña celebración por un cumpleaños hasta sirviendo más de mil raciones de sus icónicas paellas en unas fiestas de pueblo.

Hace cuatro años Najoua y su marido Miguel decidieron coger las riendas del restaurante de la Avenida de Doce Ligero de Artillería ubicado en Logroño. Allí ofrecen a diario una amplia barra de pinchos así como un salón de comidas para cerca de 45 comensales ofreciendo menú y carta. También existe la posibilidad de recogida en el local.

Su cocina se define como tradicional, de calidad y de proximidad primando las elaboraciones del recetario riojano con productos de la zona. Entre sus especialidades, las paellas.

Los propietarios del Urcey no se conformaron con atender úni-

camente en el local para crear un catering privado que se adapta de principio a fin a las peticiones de sus clientes. «Hacemos todo lo que nos pidan, para el número de personas que necesiten y adaptamos la oferta al bolsillo de cada uno», explica la Najoua. Preparan desde lunch, menús del día, menús ejecutivos, paellas, ranchos hasta bodas y comuniones. «Hemos llegado a servir más de mil personas», añade.

La comida del catering se prepara in situ en el sitio. «Llevamos nuestras cocinas y preparamos todo allí, sobre todo, las paellas», relata la dueña de Urcey. Esas son sus especialidades y, además, «es lo que más no pide la gente». La favorita de la mayoría es la mixta de carne y marisco aunque también preparan arroces solo de carne o solo de pescado.

El Urcey se desplaza con su



Salón del restaurante Urzey, esperando a sus comensales. S.T.

catering siempre y cuando se supere el mínimo de sesenta personas. Operan en La Rioja aunque también se desplazan a las comunidades limítrofes para dar servicio a todos aquellos que

les llamen. «No tenemos problema en salir de La Rioja allí donde nos llamen estaremos para atenderles y cumplir con sus peticiones», concluye Najoua.



Bandeja de típicos postres navideños en los que no pueden faltar los polvorones. L.R.

POLVORONES . Filipina, Estepa y Antequera, se disputan el origen de este postre

Unos dulces con un origen incierto

LOGROÑO

A pesar de que los polvorones son uno de los dulces navideños más tradicionales y consumidos, a pesar de que en los próximos días estarán presentes en todas las mesas y de que tienen una larga tradición en España, a ciencia cierta, poco se sabe de sus orígenes.

Todo apunta a que fue la cultura islámica la que comenzó a elaborarlos (no exactamente iguales, y sin esa denominación) en Andalucía con ingredientes que ellos conocían bien, y que se trataba de una pequeña galleta hecha de harina, manteca y azúcar –a la que luego se añadió la almendra–; que es horneada y que se deshace en polvo en la boca cuando se va a comer.

Los excedentes de trigo y manteca de cerdo en las zonas de Estepa y Antequera (las dos localidades que se disputan el origen español del polvorón) parece que le dieron el empujón y la popula-



Polvorones clásicos de almendra cubiertos con una fina capa de azúcar glacé. L.R.

ridad necesaria ya en el siglo XVI.

Años más tarde, la tradición repostera monástica contribuyó a la pervivencia de una receta que no requería de ingredientes difíciles de conseguir porque normalmente los monasterios disponían de animales y almendros, y el azúcar era generalmente accesible.

Sin embargo, también los filipinos se atribuyen la ‘paternidad’ de este postre que triunfo especialmente en las mesas navideñas, y que puede incluirse en la familia de los mantecados.

Diferentes sabores

La receta original, esa que se conserva y siguen fielmente elaboradores de Estepa –son los que más fama tienen–, pero también los de otras localidades andaluzas como Antequera (Málaga), Sanlúcar de Barrameda (Cádiz) y Fondón (Almería), o incluso Toledo y Tordesillas en las Castillas, ya no es la única.

En los últimos tiempos no es difícil ver polvorones a los que, en su proceso de elaboración, se le añade a la pasta cacao en polvo, canela molida, virutas de coco... lo que da lugar a unos polvorones de diferentes sabores que se mezclan con el originario de la almendra molida siempre presente.

LA ROSALEDA 1946



Interior de la cafetería de La Rosaleda 1946, en su zona de mesas altas. Suleyman Evran/Sadé Visual

UNA CAFETERÍA QUE SE DISFRUTA A CADA MOMENTO

Cuenta con servicio de restaurante y abre su cocina para el tapeo también por las tardes de martes a sábado

REDACCIÓN

La Rosaleda 1946 ha transformado la oferta gastronómica de esta zona de El Espolón. En este sitio emblemático desembarcó hace tres años y pronto marcó la diferencia con su propuesta

de cafetería, con servicio de restauración. Se distribuye en tres zonas bien diferenciadas, donde se trabaja desde opciones más informales –raciones y picoteo en terraza, zona de barra y cafetería– y más formales

–menú y carta en el comedor de diario y de fin de semana–. El espacio para el restaurante funciona también como una sala de eventos o de usos múltiples, donde sirven desayunos de empresa y albergan presentaciones de productos.

Con un interiorismo cuidado y toques decorativos pensados al milímetro, su barra de trece metros es la encargada de conectar espacios. A la izquierda, la pared de mármol brasileño –piedra natural abierta al libro– preside un área más íntima, donde poder disfrutar sin prisas del desayuno, del café a media mañana o de un pequeño tapeo. Las mesas altas dirigen a quien entra a La Rosaleda 1946 hacia otra zona de mesas bajas, con su imponente lámpara de diseño italiano.

En estos espacios, junto a una terraza envidiable que cuenta con televisión donde poder disfrutar de la liga de fútbol, los desayunos tanto dulces como salados marcan el inicio de la jornada. Una propuesta en la que destaca su tostada de guacamole, de ibérico o de pavo. Una oferta muy amplia y que funciona muy bien.

Y a ella se une la carta de picoteo, enfocada a raciones y medias raciones, con sus famosos calamares a la andaluza, su ja-

món de bellota D. O. Los Pedroches o su cecina de León. Trabajan, igualmente, la ostra Gillarreau, tanto al natural como a la brasa con mantequilla francesa. También tienen otras propuestas como el novedoso canelón de pasta fresca relleno de chuleta en su salsa, el brioche de costilla ibérica deshuesada, tereyaki y mango o el brioche de centollo con picante suave.

En La Rosaleda 1946 una de sus señas de identidad es el producto de calidad con el que trabajan. Una apuesta que trasladan también al restaurante, donde cuentan con un Menú Experiencias –con seis referencias de primeros, otras seis de segundos y cuatro postres–, el Menú Chuletón –que incluye dos entrantes para dos personas, chuleta de vaca vieja y como plato dulce el canutillo de queso idiazábal y membrillo–, el Menú Degustación o la carta. Ahora priman los platos de cuchara, la verdura de temporada o los guisos que bordan como su rabo de toro.

La Rosaleda 1946 es una cafetería, con servicio de restaurante, que se adapta a lo que demandan los clientes para disfrutar de la gastronomía local. Por ello, mantienen la cocina abierta también para el tapeo las tardes de martes a sábado.

IBIZA 1941

REENCUENTROS PARA MANTENER VIVA UNA TRADICIÓN DE DÉCADAS

La céntrica cafetería se adapta para ofrecer una propuesta gastronómica más dinámica y seguir siendo el punto de referencia en Logroño

REDACCIÓN

Desde 1941, la cafetería Ibiza lleva en su ADN la esencia de una ciudad como Logroño, que ha ido evolucionando con el paso del tiempo, como ella. Desde 1941 ocupa una posición privilegiada en El Espolón que le permite asistir a reencuentros cargados de nostalgia que quedarán impresos en su memoria para no caer en el olvido. Café Ibiza empezó hace más de 80 años como salón, para después pasar a café cantante –con orquesta propia–, café americano y gran cafetería.

Ibiza 1941 se convirtió desde sus inicios en punto de encuentro de la sociedad logroñesa. Una costumbre que continúa hoy en

día, reuniendo en un mismo espacio a distintas generaciones; una mezcla difícil de encontrar en otros lugares. No obstante, prevalecen quienes antaño acudían tras cumplir su jornada laboral y hoy regresan, como abuelos o padres, acompañados de sus hijos y nietos. Añoranza para mantener viva una tradición que quieren que continúe en el tiempo para seguir diciendo aquello de «nos vemos en el Ibiza».

A lo largo de sus ocho décadas de actividad, no solo se ha sometido a pequeñas reformas, sino también a varias remodelaciones con el objetivo de seguir ofreciendo unas instalaciones donde prime el confort y la luminosidad.

A través de una esmerada decoración y un interiorismo muy trabajado –cobran especial protagonismo el mármol, la madera y los espacios verdes, con nichos de plantas naturales que se mantienen semanalmente– se le ha dotado de una personalidad única, que le hace inconfundible.

No cabe duda de que la cafetería Ibiza ha rejuvenecido con el tiempo. En 2016 se transformó en un espacio hostelero con una propuesta gastronómica muy interesante, en constante evolución. Próximamente, su cocina abrirá también las tardes de lunes a viernes para picoteo y raciones –actualmente cierra tras las comidas–. Esa nueva opción se sumará a las ya existentes, que van desde los desayunos de las mañanas, al vermú a mediodía y a su Menú Ejecutivo (solamente entre semana), sin olvidar las cuatro suites (Ibiza Rooms) que aportan valor añadido a la actividad diaria de la cafetería.

El objetivo no es otro que el de adaptarse a lo que demandan los clientes en la actualidad. Porque se está tendiendo a huir de los formalismos para inclinarse hacia fórmulas más dinámicas; en definitiva, una gastronomía basada en pinchos y raciones.

Precisamente, en esa carta más ligera, aunque muy trabajada, fi-



Ibiza 1941 es un referente en El Espolón. S. Evran/Sadé Visual

guran sus especialidades como los calamares a la andaluza, la ostra Gillarreau o su reconocida gilda, con un tamaño mucho mayor a la de otros locales y que preparan con guindillas, huevos de codorniz, boquerón, cebolleta y oliva rellena de anchoa.

Esa evolución se observa también en la oferta cultural que ofre-

cen semanalmente, donde persiguen dar un plus de originalidad a su guateque, con una mayor interacción con el público a través de actuaciones teatralizadas y temáticas. Una apuesta por la cultura como siempre le ha caracterizado, porque como reza su eslogan: «Los tiempos cambian, el espíritu permanece».



Una chuleta de vaca, en la parrilla de carbón vegetal de un restaurante logroñés. M.H.

COCINA. Los cortes de las piezas repercuten de manera directa en su dureza una vez cocinadas

Los secretos de la mejor carne

S.C.

Logroño. De corta o larga maduración; muy hecha, poco o en su punto; a la brasa o a la horno... Son muchas las opciones que giran en torno a la carne. Y es que, desde elegir la pieza adecuada, hasta su cocción, pasando por la preparación previa, existen muchas dudas, mitos y discrepancias sobre qué y cómo hacer. Sin embargo, si bien es cierto que no hay una especie de Biblia para ello, y que cada maestrillo tiene su librillo, hay unas certezas que parecen bien asentadas para satisfacer con éxito ese instinto tan primitivo como es el de comer carne.

¿Qué pieza de carne elegir? Saber qué pieza es la que interesa requiere, en un primer momento, de un aprendizaje por parte del consumidor, porque no todas son iguales y de ellas dependerá la dureza y el nivel de grasa. La carne más dura está, sobre todo, en el tren delantero de la vaca, porque soportan más peso y, por lo tanto cuentan con más musculatura. Frente a ellos, el solomillo, el lomo alto y el lomo bajo –chuleta, chuletón, entrecot...–, suelen ser los cortes más valorados por su terneza y su sabor.

Una vez decidido el tipo de pieza, ¿cómo saber si es de calidad?

Tener un carnicero de confianza o dejarse asesorar por el cocinero o maître en un restaurante es siempre una garantía de acierto. Pero a la hora de comprar, hay pistas que pueden ayudar a acertar con la elección. El color es el principal factor a la hora de elegir y varía en función de tres factores: su exposición al oxígeno, su nivel de maduración y la edad del animal. La grasa también aporta información, en este caso relacionada con su alimentación: si es amarilla indica que la carne era mayor y que ha sido alimentada en el campo. Asimismo, el entrecot, la grasa infiltrada es una buena señal y el consumidor lo considera sinónimo de calidad.

¿Es importante el corte? Pedir al carnicero que corte una pieza o hacerlo en casa no es tan simple como coger un buen cuchillo y dar un tajo. Los cortes se presentan como un punto vital para dar valor al producto ya que repercuten de manera directa en su dureza. Para conseguir piezas más tiernas y sabrosas, se debe cortar de manera transversal a las fibras musculares. De esta forma, se necesita una fuerza menor para masticarla y para que los dientes puedan separar esas fibras de manera más sencilla. Además, este corte en contra evitará el re-

secamiento de la carne.

¿Salar antes o después? Esta es, sin duda, una polémica muy antigua y aún hoy no hay respuesta unánime para la cuestión. Hay quien opta por salar la carne con antelación, especialmente si se cocina a la brasa. El argumento utilizado se basa en que de esta forma se consigue potenciar los sabores durante la cocción. Al otro lado, los partidarios de salar después. Además

de controlar la medida exacta de sal que se queda en la pieza, hacerlo a posteriori evitaría que se pierdan los jugos esenciales de la carne y, por lo tanto, no quede dura ni seca. Aquí se permiten dos posibilidades: salar antes de que repose la carne, consiguiendo una parte exterior uniformemente salada, o después, para encontrar los granitos y estimular las papilas.

Junto a ambas posturas, de un



Parrilla sobre la que se hace una pieza gruesa de carne. Fotoprensa

tiempo a esta parte se postula una tercera: aquellos chefs que optan por salar la carne mucho antes de cocinarla (hay quien habla de hasta dos días antes). De esta forma, la sal hará que la carne expulse sus jugos que volverán a ser absorbidos quedando más tierna y jugosa.

En cuanto al tipo de sal, aquí depende de la carne a cocinar, de la forma de elaboración y del gusto de quien la consuma. Y es que, más allá de la fina o la gorda, existen multitud de sales de diferentes texturas e incluso sabores, que dan un toque peculiar al plato.

A la brasa, ¿de carbón o de leña?

No suele ser una pregunta que plantearse en Navidad, porque lo normal es que en las casas no haya brasa, pero sí en merenderos o incluso bodegas domésticas. Entre todas las formas de preparar la carne, especialmente la de vacuno, la parrilla ha conseguido alzarse entre las preferencias del consumidor. Chuletas, entrecot, costillas... Aquí encaja cualquier tipo de producto que agradezca los sabores ahumados, pero ¿es mejor hacer las brasas con leña o con carbón?

Lo más popular es el carbón vegetal, aunque los expertos de la parrilla optan más por prepararlas con leña y, especialmente, con encina. Ello es debido a su alto poder calorífico, lo que ayuda a mantener una temperatura alta y constante en la parrilla. Otras opciones para quienes prefieren la leña son los restos de viñas y de olivares.

¿Cómo conseguir mayor jugosidad en el cocinado? A la hora de elaborar las carnes también hay distintas cuestiones que contribuyen a conseguir piezas más jugosas. Por ejemplo, no es recomendable cocinar la carne recién sacada del frigorífico. Para conseguir un cocinado más homogéneo es importante que tenga una temperatura uniforme y, por ello, debe dejarse aproximadamente diez minutos fuera de la nevera para que alcance la temperatura ambiente. Es importante también calentar bien la sartén, parrilla o plancha a utilizar antes de echar la carne para conseguir esa costra dorada de la superficie.

Otro de los errores más comunes es pinchar o presionar la pieza en repetidas ocasiones mientras se cocina. Si se pincha, los jugos, la grasa y la sangre se pierden y la pieza se reseca. En la sartén o la parrilla, hay que tener paciencia y esperar a que caramelize.

Sobre si darle la vuelta una o varias veces durante su elaboración parece no haber consenso. Mientras que todo apunta hacia una tendencia generalizada por un único volteo para que la carne quede bien dorada y no se reseque, también hay quien apuesta por voltearla a menudo para que se haga de manera uniforme.

EL LAGAR



Calamar de Cádiz y pescado que asarán sobre las brasas en El Lagar. S. Tercero

COCINA SINCERA Y ALEJADA DE LAS PRISAS

Los hermanos Moreno ponen su sello, a través de los pucheros de la abuela y de pescados frescos a la brasa

LOGROÑO

En junio de 2022 Juan y Luis Moreno cogieron las riendas del restaurante El Lagar, al que le han sabido dar su toque personal y un estilo que representa el modo

de entender la gastronomía de estos dos hermanos que, tras muchos años en el sector, por fin comparten proyecto culinario.

Alejados del ajetreo de otras zonas de Logroño, han sabido con-

vertir a El Lagar (calle Huesca, 13) en una parada obligatoria para todas aquellas personas que aman la cocina sincera, la que se prepara sin prisas, como se hacía antaño.

De ese modo tan personal y único de amar y entender la cocina han surgido sus pucheros, que ofrecen tanto en el menú como en la carta. «Son los que se han hecho en casa toda la vida, los que hacían nuestras madres y abuelas, y que tanto agradecen nuestros clientes», apunta Juan Moreno. A fuego lento, con paciencia «y cariño, para que salga como Dios manda».

En esa oferta de platos de cuchara tradicional, a la que su hermano Luis le añade la experiencia de casi un cuarto de siglo en los fogones, no pueden faltar las pochas —que acompañan con verduras de la huerta riojana—, las patatas con chorizo, los caparrones «que servimos con todos sus sacramentos» o los garbanzos con bacalao.

Si el puchero lo bordan, en las brasas demuestran una maestría inusitada. El pescado fresco lo hacen sobre ellas, al estilo Orio. Es verdad que se alejan, un poco, de la oferta que se acostumbra a servir en otros restaurantes de la capital. Y para ello, cada día contactan con las diferentes lonjas

para traer a Logroño pescados de zonas menos habituales.

Optan por diferenciarse apostando por la urta, un pescado poco conocido en La Rioja y que traen de Cádiz, el virrey, que les llega de la zona de Asturias —estos dos son de anzuelo—, el rape de bajura, el rodaballo de Galicia o el calamar de Cádiz, que «es un productazo. Es uno de los platos que más nos piden en el restaurante y no tiene más secreto que clavar el tiempo en la parrilla y una salsa especial que preparamos nosotros mismos».

En El Lagar tanto Juan como Luis priman la cocina de toda la vida, la que invita a disfrutar sin mirar el reloj, mientras se comparten conversaciones. Y para redondear la experiencia, aderezada con el trato familiar y cercano que dispensan, su propuesta se completa con una excepcional carta de vinos muy meditada.

Vinos que aguardan en su vitinoteca acristalada que se extiende a lo largo del pasillo y se adentra hacia el comedor. Sin duda, es una carta de vinos con la que buscan también sorprender. Como lo hacen con cada uno de los platos que sale de las cocinas de este restaurante, que en su nueva etapa camina con paso decidido en el panorama gastronómico de la capital.

LA ALAMEDA DE PIPAONA

EL MEJOR COCHINILLO, CORDERO Y CABRITO ASADO A DOMICILIO PARA TRIUNFAR ESTAS NAVIDADES

El restaurante de Pipaona ofrece su plato estrella al vacío, junto a sus jugos, para que el cliente solo tenga que calentarlo antes de servirlo en mesa

PIPAONA

Pocos platos hay tan típicos en la gastronomía española durante la Navidad que el cochinillo y el cordero asado. Es un plato extremadamente delicioso pero que también supone un enorme esfuerzo y dedicación junto al horno. No todo el mundo tiene la mano o el tiempo que requiere el cocinado de este producto, por lo que La Alameda de Pipaona pone sus años de experiencia al servicio de los riojanos ofreciendo sus asados a domicilio y a recoger en local para que el comensal solo

tenga que preocuparse de disfrutar en la mesa de este inigualable festín.

Blas y Blanca, fundadores del restaurante ubicado en el corazón del Valle de Ocón, llevan más de una década siendo garantes de la mejor cocina tradicional riojana basada en la calidad y cercanía de sus productos. Como muestra está su amplia carta en la que el cochinillo es el rey, así como sus jornadas gastronómicas organizadas a lo largo de los años para poner en valor el producto de la tierra.

Pero no solo se podrá disfrutar de estas elaboraciones dentro de sus instalaciones ya que el plato estrella del restaurante, el cochinillo y cordero asado, podrá llegar a las casas de todos los riojanos esta Navidad. La Alameda de Pipaona ofrece para ello un servicio de recogida en local y a domicilio de una de sus grandes especialidades: el asado al modo

tradicional.

La clave del éxito reside, según la experiencia de los fundadores de La Alameda de Pipaona, en «trabajar con cochinillos y corderos lechales de La Rioja, lo que ya implica que el producto va a ser de extrema calidad de por sí», así como «las horas que echamos en la cocina para que quede a nuestro gusto», asegura Blas. O lo que es lo mismo, todo aquel que reserve este servicio recibirá un asado «muy desgrasado, jugoso y extremadamente crujiente».

Blas, Blanca y el resto de su equipo se esfuerzan al máximo para que día a día este producto se sirva y llegue en las mejores condiciones. En estas fechas no iba a ser diferente. El cliente deberá reservar su cochinillo, cordero o cabrito por teléfono para que el horno empiece a trabajar durante horas. Después de un largo cocinado, «lo envasaremos al vacío para que solo haga falta



Blas y Blanca, de La Alameda de Pipaona, junto al cochinillo. L. R.

regenerar quince minutos en el horno antes de servirse en mesa», explica Blas. Además de la carne, se incluirán «sus jugos a parte para terminar el cocinado y servirlo junto a su acompañamiento».

Todo aquel que desee podrá acercarse hasta su restaurante en Pipaona para recoger su pedi-

do aunque también se harán entregas en Logroño capital sin coste alguno. En cuanto al resto de pueblos de La Rioja y de comunidades limítrofes se añadirá un pequeño coste por los gastos de envío que supone el transporte en frío de este tipo de pedidos a domicilio.

BODEGAS RAMÓN BILBAO

LALOMBA VIÑA LADERO 2018

Descripción: Tinto elaborado a partir de un 70% de uvas Tempranillo y un 30% de Garnacha, fiel reflejo de la Sierra de Yerga. Tiene color cereza. En boca es profundo y maduro y resulta muy expresivo en nariz.



LALOMBA FINCA LALINDE 23

Descripción: Un rosado muy equilibrado elaborado a partir de garnacha (90%) y viura (10%). En nariz ofrece una intensidad media con matices complejos. En la boca la acidez y grasa conviven en perfecta armonía.



LALOMBA VALHONTA 2019

Descripción: Es un tinto elegante, elaborado con Tempranillo, que evoca el clasicismo de los finos vinos de La Rioja Alta. Manifiesta notas florales y toques balsámicos, fruta roja y negra y toques de regaliz.



R. B. LÍMITE NORTE 2020

Descripción: Vino blanco elaborado con 50% de Maturana Blanca y 50 % de Tempranillo Blanco. Fresco, con excelente acidez y tanino amable; que se muestra equilibrado y evidencia un largo recorrido.



BODEGAS ALTANZA

ALTANZA FAMILIA

Descripción: Vino tinto (rojo picota) muy elegante elaborado exclusivamente con uva Tempranillo. Es un vino potente que mantiene su carácter frutal tanto en nariz como en boca, y una notable persistencia.



MARQUÉS DE CÁCERES

M. DE CÁCERES CRIANZA

Descripción: Vino con potencia moderada que llama a disfrutarlo copa a copa. De tanino redondo, juguetón, resulta goloso en su paso en boca y arroja una agradable frescura. Exhibe una elegante armonía.



M. DE CÁCERES RESERVA

Descripción: Color granate oscuro y brillante. Vino muy profundo en nariz. Resalta con volumen y finura en el paso en boca que se hace largo, con ricos sabores de fruta de bosque mezclada con toques tostados.



M. DE CÁCERES G.RESERVA

Descripción: Se trata de un vino de perfil clásico que se elabora únicamente cuando llega una gran añada. Se elabora con uvas viñas viejas de Rioja Alta y Rioja Alavesa, con edades entre 65 y 85 años.



GAUDIUM

Descripción: Sus aromas desvelan un fondo balsámico. La boca es todo volumen y elegancia con sus taninos amplios, redondos que imprimen una sensación amable a la vez que un final de cata muy largo y sostenido.



LA CAPILLA

Descripción: Vino de la DO Ribera del Duero de color profundo de capa alta, glicérico y untuoso en copa. Nariz intensa. Paso en boca fresco, vivo, de elegante complejidad, con matices cremosos y finos tostados.



MARQUÉS DE MURRIETA

GRAN VINO PAZO BARRANTES 2021

Descripción: Envolverte nariz con intensos aromas de nectarina y ciruela amarilla, toques de acacia, hinojo y fondo balsámico. Vibrante y expresivo en boca, refleja la frescura de la añada.



M. DE MURRIETA 2020

Descripción: Un vino tinto elegante elaborado con uvas tempranillo, mazuelo, graciano y garnacha, cada variedad aporta una personalidad propia para ensamblarse en un equilibrado vino tras una crianza en bodega.



CASTILLO DE YGAY 2012

Descripción: De rotunda calidad y elegancia, Castillo Ygay –un icono en la excelencia alcanzada por la bodega– ha desarrollado una gran complejidad a lo largo de los años sin perder su excepcional frescura.



BODEGAS VIVANCO

VIVANCO BRUNES 2021

Descripción: Vivanco Brunes es un vino de municipio ecológico y vegano que recupera la tradición de los vinos de pueblo puestos al día. Elaborado con un 90% de Tempranillo y un 10% de Maturana Tinta,



VIVANCO CUVÉE INÉDITA RVA

Descripción: Burbuja fina y persistente. En aromas se expresa fresco y complejo; en boca, la efervescencia está presente, pero acariciándolo con una textura cremosa. El final es profundo y delicado.



BODEGAS MONTECILLO

MONTECILLO RESERVA 2019

Descripción: Rojo ceraza. En nariz es un vino con gran personalidad. La canela y el regaliz sobresalen sobre la vainilla. En boca, un tanino maduro y orgulloso sobresale del resto, dando la estructura ideal y persistencia.



ED. LIM. GARNACHA BLANCA

Descripción: Brillante color amarillo pajizo. Nariz elegante, llena de matices. En boca es goloso, amplio, varietal. La fruta blanca madura es la protagonista. Acidez natural expresiva. Deja un recuerdo sedoso y seductor.



MONTECILLO 22 BARRICAS 17

Descripción: Vino rojo picota. Arrollador en nariz, con excepcionales notas de madera. En boca destaca por su amplitud y elegancia, con acidez natural exquisita. Un vino con final largo con maderas nobles y compota.



MONTECILLO V. MONTY VIURA

Descripción: Vino de color amarillo limón con ribete dorado. Limpio y brillante, de gran expresividad. Persistente y seductor, muy amplio. Glicérico y untuoso, con un tanino muy sutil y con una acidez muy equilibrada.



MONT. V. MONTY GRACIANO

Descripción: Color rojo picota con ribete amoratado. Nots balsámicas y especíadas que recuerdan hinojo y regaliz negro. Entrada firme en boca, amplio, con un tanino goloso. Final largo y persistente.



GÓMEZ CRUZADO

EL PREDILECTO

Descripción: Elaborado con uvas de viña vieja 35% Tempranillo y 65% Garnacha, el resultado es un vino frutal y fresco que recoge la identidad del terruño. Es un vino muy fácil de beber, muy redondo y goloso.



LA RIOJA ALTA

FINCA MARTELO

Descripción: Color rubí intenso. En nariz destaca la potencia de la fruta. En boca es un vino vibrante y elegante, expresando el terruño con frescura e intensidad. Amable y largo con final carnoso y notas de fruta roja.



VIÑA ALBERDI CRIANZA

Descripción: En nariz, sobresale su intensidad aromática a frutas maduras. En boca entra redondo, equilibrado, con una amable frescura, dando paso a un retrogusto largo, frutal y balsámico, tan característico.



GRAN RESERVA 904

Descripción: Gran amplitud de aromas. En la boca sobresale por el elegante equilibrio entre el alcohol y la acidez, la frescura y sus taninos pulidos y amables. Su retrogusto es fino, delicado y muy largo.



VIÑA ARANA GRAN RESERVA

Descripción: En nariz se muestra intenso y fragante con una amplia gama de notas balsámicas. En boca destaca por su buena estructura, equilibrio, agradable frescura y por unos taninos suaves y amables.



MTNEZ LACUESTA

HINIA BLANCO RESERVA

Descripción: Con este blanco, Martínez Lacuesta quiere rendir homenaje al estilo tradicional de los vinos blancos de larga crianza. Está elaborado con uvas de la variedad viura. Su producción es muy limitada.



VIÑA IJALBA

V.I. RESERVA ESPECIAL

Descripción: Vino de color rojo picota, cubierto y brillante. Intensa y compleja nariz, conciruelas y cerezas, tabaco, especias, sobre fondo de café y regaliz. En boca resulta redondo, amplio fino y aterciopelado.



VIÑEDOS Y BODEGAS DE LA MARQUESA

EL RIBAZO 2018

Descripción: Vino del viñedo El Ribazo de unos 35 años de tempranillo, de 11 ha en Villabuena de Álava. El terreno y la edad del viñedo, le dan un carácter diferenciado y lo hacen óptimo para vino de gran calidad.



LA MARQUESA

Descripción: Color rojo de media capa. En el ataque es fresco y atractivo, con unos taninos muy integrados, ligeros y frescos recordando los sabores a frutos rojos. El final es largo, fino y jugoso, con unos taninos delicados.



VALSERRANO BLANCO

Descripción: Oroo pálido, brillante y limpio. En nariz es intenso y con muy buena expresividad. El ataque es fresco, con nervio y buen equilibrio. En boca muestra su estructura, se hace cremoso, con taninos elegantes



MURIEL WINES

CONDE DE LOS ANDES TINTO

Descripción: En nariz muestra una explosiva riqueza aromática, con aromas de frutos rojos, ciruelas maduras y matorral de sotobosque. En boca se muestra estructurado y fresco, con un final persistente y atractivo.



MURIEL CRIANZA

Descripción: En nariz presenta notas de fruta roja madura combinadas con aromas de la crianza y recuerdos de regaliz. Su boca es amplia y con buena frescura. Los taninos son suaves y dejan sensación de finura.



LUIS ALEGRE CRIANZA

Descripción: Su nariz es intensa, destacan frutos rojos en armonía con toques minerales y su complejidad aromática. En boca es sedoso y potente. Ofrece matices minerales unidos a taninos suaves y elegantes



VIÑA SALCEDA

LA RELLANILLA

Descripción: Intensidad alta en nariz. Destacan aromas de fruta. Mucha profundidad, con aromas procedentes de suelo calizo. En boca es amplio, pero sedoso, con muy buen volumen y un tanino muy redondo.



VIÑA SALCEDA BLANCO

Descripción: Atractiva base cítrica y de flores blancas, luego notas cremosas. Boca muy equilibrada, con buena acidez, pero también con volumen. Amplio, pero fresco. Se le augura una excelente evolución.



MARQUÉS DE RISCAL

XR 2020 CRIANZA

Descripción: En nariz es muy expresivo con notas de regaliz, canela y pimienta, donde la larga crianza en madera apenas se percibe. En boca es fresco, con taninos pulidos muy agradables, con buena estructura.



BARÓN DE CHIREL

Descripción: Vino tremendamente expresivo, de gran intensidad aromática. La entrada en boca es poderosa, densa con una gran riqueza. Une volumen, estructura, riqueza con una textura sedosa que no finaliza nunca.



M. DE RISCAL G.R. 2015

Descripción: Vino color asalmonado, brillante y vivaz. En nariz presenta unos intensos aromas frutales. En boca es fresco, elegante y equilibrado, con un final pleno de sensaciones ácidas agradables.



M. DE RISCAL 150 ANIVER.

Descripción: Vino cereza muy oscuro. Cuenta con aroma torrefacto, balsámico, complejo, con notas especiadas de pimienta negra y canela. En boca es graso, bien estructurado, redondo y con final largo y sedoso.



M. DE RISCAL RESERVA

Descripción: Vino de color cereza muy cubierto, intenso y con apenas signos de evolución. En nariz es muy expresivo. En boca es fresco. El final de boca es largo y deja unos leves recuerdos balsámicos.



PANADERÍA. Arthur&Maxime ofrecen panadería y repostería sin elementos químicos, a partir de masas madre naturales

Excelencia francesa al alcance de Logroño

REDACCIÓN

Arthur&Maxime abrieron su establecimiento de la calle Huesca en octubre de 2018 –después lo hicieron también en la Avenida de Portugal, 1– y desde entonces están ofreciendo a los paladares riojanos lo mejor de la valorada panadería y repostería francesa que ellos mismos elaboran cada día en su obrador para ofrecer siempre producto recién hecho.

Arthur Gadroit llegó a Logroño de forma casi casual. Inicialmente estudió Comercio Internacional en su Francia natal y con una beca Erasmus llegó a La Rioja. Le enamoró la región, su gastronomía y también su capital, Logroño, donde decidió que quería volver. Para ello necesitaba un medio de vida, y aunque inicialmente pensó en un restaurante, vio que en la capital riojana hacían falta baguettes y croissants, de verdad, como los que se hacían en su país. Volvió a Francia, se formó al lado de los mejores y retornó a Logroño con su amigo Maxime Tanchon –compañero en la escuela de panadería y pastelería– para abrir su negocio.

Todo lo que los jóvenes galos habían aprendido con Christopher Deberse (campeón del mundo de panadería en 2008) y Hervé Dartois (profesor de pastelería y campeón del mundo de heladería en 2010) en la Escuela CMA Arras de Francia trataron de ponerlo en práctica en La Rioja para ofrecer a los logroñeses unos productos semejantes en nivel de excelencia a los que ellos habían conocido en Francia.

Dificultades iniciales

Se centraron en trabajar con masas madres sin químicos ni conservantes, con fermentaciones naturales y al principio no lo tuvieron fácil, según recuerda Arthur, que es quien gerencia la empresa: «El primer año fue muy complicado. Nuestro producto era muy diferente al que se ofrecía en Logroño, pero poco a poco, el público riojano nos ha descubierto y va cogiéndole el gusto a un producto que no está nunca congelado o que se elabora aportándole la mantequilla en lugar de margarina».

Sus años de estancia en La Rioja –y de haber trabajado antes en París y Londres– le han servido a Arthur y su socio para conocer a su público («y ya sabemos que no van a la panadería por la tarde, así que sólo abrimos por las mañanas») y para tener claro que el público riojano es entendido y que valora la calidad de lo que come: «Al riojano no se le pueden hacer trampas. Es una gente muy parecida a la que vive en el norte de Francia –casi en la frontera con Bélgica– que es de donde venimos nosotros.



Arriba, Arthur y Maxime en su panadería; debajo, algunos de los productos que venden en el local. Sonia Tercero

Ellos también aprecian mucho lo que comen, entienden y lo pagan si creen que lo vale», reconoce.

Eso ha hecho que sus productos de panadería y pastelería sean cada vez más apreciados por el público logroñés.

Para Navidad elaboran panettone natural o de chocolate, y Roscón «español con brioche y la Galette francesa»

blico logroñés. «Aunque hay gente que aquí también trabaja muy bien», señala Arthur, pese a que hay un detalle que echa en falta respecto a Francia porque es diferente en España: «En mi país tenemos gente en formación en las panaderías durante todo el año, pero aquí únicamente tenemos estudiantes en prácticas durante algunos meses, eso nos obliga a hacer las cosas como en Francia, pero con mucha gente menos».

En cualquier caso, cada día el local ofrece una gran variedad de panes de harinas especiales y larga

fermentación, cuenta también con buenos ejemplos de bollería francesa (brioche, croissants y napolitanas de mantequilla y chocolate belga sin grasas vegetales), y durante –principalmente los fines de semana y festivos– pasteles franceses típicos (tartaletas y eclairs), con una virtud común a todos ellos «todo es cien por cien casero, sin congelar y sin químicos, sin conservantes y sin mejorantes panaderos», afirma Arthur, quien apunta que como ingredientes principales utiliza «harinas especiales como espelta ecológica, harina de trigo sa-

rraceno ecológico, harina de tradición francesa D.O.C, harina de maíz...» para que sus productos adquieran el toque deseado.

Ahora que se acercan las fiestas de Navidad, Arthur&Maxime se encuentran diseñando ya sus propuestas para esas fechas, que según avanza Arthur, incluirá el Panettone natural o de chocolate, y obviamente también el Roscón de Reyes en su doble versión, «el español con nuestro brioche o el roscón francés que se llama Galette de los reyes y es hojaldre de mantequilla relleno de crema de almendra».

CARNICERÍA LA TOBIANA

LA TOBIANA OFRECE PRODUCTO LOCAL DE LA MEJOR CALIDAD

El joven carnicero Borja Carazo invita a acercarse a su local (calles Gral. Espartero, 3) y conocer el establecimiento que abrió en el año 2019

LOGROÑO

Para los que aún no me conocéis, soy Borja, el propietario de La Tobiana.

No os dejéis engañar por mi acento marcado, porque a pesar de haber crecido en el País Vasco, mis raíces están aquí, en La Rioja.

Mi madre, natural de Tobía, siempre me ha transmitido el cariño por esta tierra y de ahí la decisión de emprender mi negocio aquí y de formar mi propia familia. La idea de que mi hija pueda vivir en la ciudad, pero también disfrutar al máximo del pueblo es

algo que me resultaba muy atractivo.

Me gustaría invitaros a que os acerquéis a la carnicería porque estoy convencido de que vais a salir encantados tanto con el trato de mi equipo como con nuestros productos.

Llevamos desde 2019 ofreciendo a los clientes la máxima calidad en nuestras carnes a un precio muy ajustado.

Presumimos de tener el mejor producto autóctono y consideramos que nuestros clientes se merecen la máxima frescura en nuestro género.

Me gustaría destacar que las elaboraciones de las hamburguesas, salchichas, pinchos morunos... son propias y siempre usando las mejores materias primas, pero si de verdad queréis chuparos los dedos, lo que no podéis dejar de probar son nuestros cachopos, ¡probablemente sean los mejores de La Rioja!

Entrando en más tecnicismos,



Borja Carazo, en la puerta de su establecimiento. Sonia Tercero

me gustaría añadir que nuestro equipo se maneja en todos los tipos de corte pero cabe destacar que estamos especializados en el corte argentino que tan en auge está ahora y tan poca gente hace debidamente.

Entendemos perfectamente que el día a día en el que vivimos

nos obliga muchas veces a comprar en las grandes superficies, ya que creemos que eso nos ahorra tiempo, pero os puedo asegurar que una vez que probáis un buen producto, no querréis otro.

Nuestra carnicería es un motor para nuestro barrio, miramos por nuestros vecinos, colaboramos

con los colegios de la zona y también nos gusta promover iniciativas para que no desaparezcan los pequeños comercios.

Estáis todos invitados a venir a conocernos en la calle Espartero, 3, cerca de la antigua Estación de Autobuses.

Seguro que repetiréis.

EL ARCA

LAS CARNES EXÓTICAS ESTRENAN SU SOLETE REPSOL, ESTA NAVIDAD

El establecimiento de la Travesía de San Juan ofrece casquería y carnes poco habituales en la cocina riojana

LOGROÑO

Para los hermanos Avellaneda, los Reyes y Papa Noel llegaron ya hace algunos días cuando la Guía Repsol decidió concederles uno de sus Soletes con los que el directorio gastronómico de la petrolera española quería «homenajear la tradición y reivindicar tanto los negocios clásicos que han resistido al paso del tiempo como el empuje de los más jóvenes que han decidido apostar por lo auténtico». El Arca tiene un poco de todo eso porque conjuga como pocos la tradición en forma de guisos y casquería, con la innovación que suponer buscar carnes distintas con las que sorprender a sus visitantes.

Ese es el premio a muchos años en la cocina trabajando, entre otras muchas cosas, la casquería y las carnes exóticas. Primero lo hicieron en la Bodeguita Gutiérrez, en la calle Gonzalo de Berceo, y desde hace ya algún tiempo en la zona de la San Juan, donde han aportado aire fresco con su propuesta de carnes de canguro, avestruz, cocodrilo, bisonete... y por supuesto, esas cazuelitas que tan buena reputación alcanzaron en su anterior negocio.

Ese Solete con solera –que les llegó de forma completamente inesperada y del que se enteraron por la prensa– responde a una larga trayectoria pese a su juventud.

Su oferta, inicialmente, supuso un riesgo en una zona que se quiere aferrar a la tradición gastronómica del Logroño más castizo. Sin embargo, el tiempo les ha dado la razón.

Por eso, su propuesta gastronómica no va a cambiar estas Na-



Millán Avellaneda, con algunas de las carnes exóticas que utiliza en su cocina. Juan Marín

vidades, ya forma parte de la identidad del local y está plenamente aceptada. Algunos de los bocados que se podrán degustar son los ya habituales en su menú: Hojaldre de cocodrilo con cocción de cebolla, pimiento verde y menta fresca; el bocadito de canguro a la sidra; las croquetas de bisonete con salsa barbacoa o de

avestruz con salsa casera de moras y vino... Callos, orejas con tomate o careta guisada no desaparecerán tampoco en los próximos días de la barra de El Arca, un local amplio y cuyo nombre evoca aquella que construyó Noé y que según la Biblia llenó de animales. Ellos también lo hacen, aunque sea para comérselos...

Los hermanos Avellaneda pondrán a disposición de su clientela sus elaboraciones tanto el día de Nochebuena como el día de Nochevieja, no así los días de Navidad y Año Nuevo. En Reyes, abrirán el día 5 pero no lo harán el día 6, aunque ellos ya recibieron su regalo cuando Repsol decidió sorprenderlos con un Solete.

**OPINIÓN****José Enrique Campillo**

Médico catedrático de fisiología y experto en nutrición y alimentación.

LOS APERITIVOS SALUDABLES

Más que abrir el apetito, lo que abren son las puertas del intestino tras algunas horas de ayuno

El tomar una pequeña porción de alimento y alguna bebida un poco antes de iniciar las principales comidas del día es una costumbre muy española y también muy mediterránea. Es el denominado y apreciado aperitivo.

Esta costumbre hunde sus raíces en milenios de cultura gastronómica desde el Imperio Romano. La palabra aperitivo deriva del latín 'aperite', que significa abrir. Así aperitivo significa el que abre. ¿Qué es lo que abre esa pequeña porción de bebida y comida con la que rompemos un ayuno de algunas horas? No abre el apetito, como siempre se ha dicho. Lo que estimula las ganas de comer son los orexígenos, como las bebidas que contienen quinina. Los aperitivos abren las puertas de un intestino que durante algunas horas de ayuno llevaba puesto los carteles de 'cerrado' o 'fuera de servicio'.

Con esa pequeña porción de bebida y comida se fomenta que comience el intestino a segregar sus jugos y enzimas y a iniciar sus movimientos. De esta forma cuando llegue la comida formal se va a encontrar un dispositivo ya en funcionamiento, lo que permite una digestión más eficaz.

Uno de los aperitivos más tradicionales es el que se compone de bebidas fermentadas, como vino, cerveza, sidra y cava, y alimentos fermentados como anchoas, encurtidos o verduras fermentadas. La ventaja de estos alimentos y bebidas es que introducen en nuestro intestino numerosas bacterias y levaduras que van a ser importantes a lo largo del proceso de digestión. Además, su ligera acidez estimula la secreción gástrica e intestinal.

Otro de los aperitivos tradicionales es el platillo de almendras con su piel, crudas o ligeramente tostadas o fritas. También las nueces o la mezcla de

varios tipos de frutos secos y legumbres como pistachos o cacahuetes pelados. Este aperitivo clásico, aporta fibra, bacterias y levaduras que están en la piel de los granos y vitaminas y minerales.

Precisamente un estudio reciente, publicado en mayo de 2023 en la revista 'Journal of European Clinical Nutrition' refuerza el valor saludable del aperitivo. En este estudio investigaron el efecto que producía el consumo de 20 gramos de almendras media hora antes de las dos comidas principales del día, sobre la llamada tolerancia a la glucosa que es uno de los parámetros que se altera en los casos de diabetes. Sus resultados fueron muy concluyentes. La incorporación de 20 gramos de almendras antes de la comida y de la cena produce un descenso de los niveles de glucemia tras la ingesta y mejora muchos de los parámetros que se alteran en la diabetes. Además, se mejoraban los niveles en sangre de las principales hormonas relacionadas con la diabetes: insulina, péptido C y glucagón.

Si les gusta esa costumbre, no se priven ya que practicado el aperitivo con la debida moderación solo puede proporcionar salud y placer.

Yo, desde luego, siempre que puedo me tomo de aperitivo una copita de vino tinto y algunos encurtidos, sobre todo aceitunas, pepinillos o chucrut, con unos picos de pan.



Un aperitivo clásico: cerveza y aceitunas. L.R.

La palabra castellana aperitivo deriva del término latino 'aperite', que significa abrir

El aperitivo, practicado con moderación, sólo puede proporcionar salud y placer

la posada del laurel
restaurante - brasa vista



**Especialistas en pescados
y carnes a la brasa**



1 SOL
Guía Repsol 2024

TEMÁTICAXXXX



Divot permite disfrutar del confort de una comedor perfectamente climatizado, pero con unas inmejorables vistas a La Grajera. J.M.

RESTAURANTE. El salón-comedor del establecimiento goza de vistas al campo de golf

DIVOT PROPONE CELEBRAR LAS PRINCIPALES COMIDAS DE NAVIDAD EN UN PRECIOSO ENTORNO NATURAL

Divot sigue en Navidad su calendario habitual de aperturas, y además organiza las comidas para los días de Navidad, Año Nuevo y Reyes con menús especiales

LOGROÑO

Divot, el restaurante del campo de golf de Logroño-La Grajera, trabaja duro para convertirse en una referencia gastronómica en la ciudad y aprovechar el espacio natural que rodea al establecimiento y el bagaje culinario del nuevo chef.

El pasado verano, Divot incorporó a un nuevo cocinero. Ángel Urzay y bajo la dirección empresarial de Álvaro Mosquera el restaurante ha emprendido una serie de iniciativas para hacerse más presente ante la sociedad logroñesa, y no sólo ante los amantes del golf.

Primero abrió su terraza durante el verano a propuestas atrayidas y desenfadadas con un carta de raciones y hamburguesas que permitía disfrutar bajo el cielo es-

MENÚ

Comida de Navidad y Año Nuevo:

Entrantes (para compartir).

Ensalada de jamón de pato, frutos rojos y virutas de foie; croquetas de carabineros; crema de marisco con langostino crujiente y su coral; y gambones confitados con ajo y tomillo, y mahonesa de lima

Pescado. Rodaballo con salsa de berberechos

Sorbete de limonchello

Carne. Solomillo Wellington con salsa de boletus y trufa

Postre. Coulant relleno de chocolate blanco con helado de turrón; y surtido de turrones y mazapanes

Incluido en el menú: Agua, pan, café y una botella de vino crianza o blanco para cada tres personas

Divot servirá comidas los días de Navidad y Año Nuevo, y también en la jornada de Reyes



Ángel Urzay comanda los fogones de Divot. L.R.

trellado del pulmón verde de Logroño. Después comenzó a dar servicios de cenas a la carta los viernes por la noche; y ahora en las fiestas navideñas, además de seguir con su horario de comidas de forma habitual, Divot da un paso más y se convierte también en una alternativa a las comidas hogareñas de Navidad y Año Nuevo porque el local del campo de golf abrirá sus puertas con unos menús festivos especiales para que no sea necesario cocinar en casa.

De la misma forma, la comida del Día de Reyes también puede tener lugar en el restaurante del Campo de Golf porque también ha preparado un menú para la celebración que pondrá el punto y final a las fiestas navideñas en los hogares riojanos.

En un marco con el que pocos establecimientos de La Rioja se pueden comparar, en un salón que crea un espacio acogedor, pero sin perder de vista el parque, Ángel Urzay ha diseñado unos platos que responden a las características de su cocina. A partir de un concepto gastronómico tradicional y de un producto fresco y de temporada, el chef riojano aporta su punto de innovación y también su toque personal para firmar una propuesta culinaria para todos los paladares.

Las comidas de Navidad, Año Nuevo y el Día de Reyes necesitan una reserva previa, con la concreción exacta del número de comensales, como mínimo dos días antes de la celebración. De esa forma, Divot puede tener todo preparado para que los comensales se sientan tan a gusto como en su casa, pero dejando que un chef cocine por ellos.

BEBIDAS. Un tercio el consumo de cava en España se produce en las celebraciones navideñas

Hay un cava diferente para cada momento y para cada circunstancia gastronómica

LOGROÑO

Es en Navidad cuando en España se consume la mayor parte de cava del año (más de un tercio del total en apenas diez días). Los porcentajes se disputaran, pero salvo excepciones, se consume sin conocer demasiado sobre este vino y sobre el que es mejor para cada circunstancia.

En primer lugar, hay que tener en cuenta que si se quiere un verdadero cava, se debe buscar la etiqueta de la D.O. Cava, que ampara los vinos espumosos de calidad elaborados mediante el método tradicional en el cual el vino realiza una segunda fermentación alcohólica en botella. En La Rioja, hay ejemplos de vinos incluidos en la D.O. Cava, como –por ejemplo, pero no son los únicos– lo de Benito Escudero Abad, un de los elaboradores más antiguos de la región.

La particularidad de estos vinos radica en que la segunda fermentación y crianza se hace en la misma botella y mediante el método champenoise. Esta segunda fermentación se hace con las lías en la misma botella que luego se sacan para que continúe fermentado durante algunos meses más.

Para tratar de desentrañar lo que hay en torno al mundo del



Dos copas de cava burbujeantes. L.R.

El cava no sólo viene de Cataluña

El cava tiene su origen en la región del Penedés, en torno a Sant Sadurni d'Anoia, pero no es exclusivo de allí, porque otras cuatro zonas también están amparadas por la Denominación de Origen Cava. Una es la denominada Comtats de Barcelona, otra Viñedos de Almedralejo, Requena y las Tierras del Ebro, en las que se incluyen las bodegas autorizadas en municipios de La Rioja.

cava, se debe tener en cuenta que son dos los factores principales que afectan a su carácter: la cantidad de azúcar que contiene y el tiempo de envejecimiento.

La clasificación por el nivel de azúcar va desde el Cava Brut Nature que tiene un contenido mínimo de azúcar (el que queda de forma residual tras la fermentación) al Cava Dulce, que tiene más de 50 grs de azúcar por litro, pero en medio están el Extra Brut, Brut, Extra seco, Seco y Semi-seco.

La clasificación establecida según su tiempo de crianza es Cava de Guarda, Reserva, Gran Reserva (Guarda Superior) y Cava de Paraje Calificado (Guarda Superior), es decir, entre los 9 y los 36 meses.

Son muchas las variedades de uva que permiten la elaboración de cava (aunque las principales son Xarel·lo, Macabeo y Parellada) y cada una aporta singularidad al vino, y en función de la elegida habrá cavas blancos o rosados (Rosé). El blanco es elaborado con las variedades: Macabeo (Viura), Xarel·lo, Parellada, Malvasía (Subirat Parent) y Chardonnay. Por su lado el rosado se elabora con un 25% de uvas tintas Garnacha tinta, Monastrell, Pinot Noir y Trepas.

Todos los cavas tienen un factor común. Todos, independientemente de que tengan más o menos azúcar o su 'edad' sea mayor o menor, han de servirse siempre a una temperatura muy fría.

Diferentes gustos

El Brut Nature es el más común de los cavas, y el que aparecerá en la mayoría de las cestas de Navidad. La poca (o ninguna) cantidad de azúcar le hace que sea el más apreciado por la mayoría de los paladares y el que gusta a casi todo el mundo.

El Brut Nature, junto al Extra Brut y Brut son los que maridan mejor con los platos principales de una comida o cena, los pescados, mariscos, quesos, escabeches...

Para la carne también es un buen acompañante el Brut Nature, de más cuerpo y con un sabor más intenso. De hecho, cada vez son más los grandes cocineros que maridan los asados (cordero, por ejemplo) con este tipo de cava, para aprovechar su valor digestivo. Brut y Extra Brut también pueden ir bien frutos secos, con mariscos y con jamón, en los entrantes de una comida o cena.

Sin embargo, en la mayoría de los casos, el cava llega en los postres, para el momento del brindis, y con platos dulces el más adecuado es el Semi Seco que marida bien con postres de frutas, lácteos y también con los que son más típicos en las fiestas navideñas: turrones, mazapanes, polvorones... También valdría para ese momento final el cava Dulce, pero su popularidad es escasa y su producción todavía es también baja. El cava joven, por su parte, es más adecuado para los aperitivos o los platos más ligeros.

ALMUERZOS · MENÚ DEL DÍA · MENÚ FIN DE SEMANA

Los Cucharones

Comida casera elaborada con productos frescos, de temporada y mucho cariño

ABIERTO DE MARTES A DOMINGO

73 PORTALES

TABERNA · RESTAURANTE

- DESAYUNOS RICOS Y SABROSOS
- COMEDORES PRIVADOS PARA EVENTOS
- GRAN TERRAZA EN PLENO CENTRO HISTÓRICO

C/ PORTALES 73 · LOGROÑO · 941 220 350 · 636 610 381

MENÚ TABERNA 22,50€	MENÚ BODEGÓN 35,00€
------------------------	------------------------



Carmen Ruscalleda. EFE

En su charla, el lunes 2 de diciembre a las 19:00 horas, Ruscalleda repasará su carrera entre fogones

cuando alcanzó la tercera. Simultáneamente abrió un restaurante en Tokio, que también consiguió pronto dos Estrellas (en 2007).

En 2018 cerró San Pau y también su 'embajada' en Tokio (en 2020), y únicamente mantiene vinculación con el restaurante 'Moments' que se encuentra en el Hotel Mandarin Oriental de Barcelona y que aún posee dos Estrellas (la primera la consiguió en 2010 y la segunda en 2012).

En la charla a la que acudirá el lunes, invitada por la Academia Riojana de Gastronomía, tratará de explicar cómo ha sido toda esa larga y exitosa trayectoria vital, y cómo a partir de un momento dado, decide y cerrando sus restaurantes para recuperar la tranquilidad y centrarse –junto a su hijo– en el barcelonés, Moments.

ACADEMIA RIOJANA DE GASTRONOMÍA.

Carmen Ruscalleda da una conferencia el lunes, en el CCR

C.A.M.

Logroño. Tradicionalmente las cocinas domésticas, en España, siempre eran un territorio femenino. Era la madre de familia la que cocinaba para que todos los miembros de la familia tuvieran qué comer. Paradójicamente, cuando se salía de esa cocina para adentrarse en un restaurante, los fogones pasaban a estar gobernados por un hombre, y cuando más nivel alcanzaba el restaurante menos posibilidades tenía la mujer de estar al frente.

En La Rioja, Marisa Sánchez supone la gran excepción. La pelaire recibió en 1987 el Premio Nacional de Gastronomía, pero ya antes contaba con el reconocimiento unánime del sector.

A nivel nacional, la gran excepción la encarna la barcelonesa Carmen Ruscalleda, que el próximo lunes día 2 de diciembre, acudirá a Logroño, para intervenir en el CCR con motivo de las jornadas organi-

zadas por la Academia Riojana de Gastronomía. Este año, la temática elegida por la institución (que se encuentra celebrando su vigésimo aniversario) es la mujer en gastronomía y por ello ha recurrido a la mujer española que más altos reconocimientos ha conseguido en el mundo de la gastronomía nacional e internacional. Carmen Ruscalleda, hablará a partir de las 19 horas, de su trayectoria profesional y cómo llegó a contar con siete Estrellas Michelin (5 en la edición española de la Guía Roja y otras dos en la japonesa).

Ruscalleda llegó a los fogones de su primer restaurante desde detrás del mostrador de una charcutería. La chef comenzó trabajando en una tienda que despachaba embutidos y chacinas en su localidad natal, San Pol de Mar.

Viendo las posibilidades que tenía el negocio, Ruscalleda decidió añadir a su establecimiento una zona de platos precocinados con los que alcanzó un éxito notable. Ese hecho le llevó a hacerse cargo (en 1988) de un local situado enfrente de su tienda y abrir junto a su marido, el restaurante San Pau.

Únicamente tres años después, la Guía Michelin le otorgaba la primera Estrella. En el año 1996, conseguía la segunda y fue en 2006



Pasó de regentar una tienda de embutidos a lograr las tres estrellas Michelin y a abrir un restaurante en Tokio

RIOJALTA.COM

REPOSTERÍA. Un mercado, degustaciones y distintas actividades, durante este fin de semana

Soto acoge una nueva edición de la Feria del Mazapán

C.A.M.

Logroño. Soto en Cameros acoge, hoy y mañana, una nueva edición de la Feria del Mazapán. La localidad serrana que es cuna de este tradicional postre navideño acoge dos jornadas en las que, en todos los actos, el mazapán es el gran protagonista.

No queda claro cuál es el origen del mazapán. La mayoría de los estudiosos coinciden en que nace en la Edad Media, que fueron los árabes los que lo introdujeron en la Península y los monjes, quienes comenzaron a elaborarlos en la zona.

Lo que sí parece más certero es que fue una religiosa, en 1870, Sor Purificación Redondo Tejada quien facilitó la producción industrial de estos dulces elaborados con azúcar y almendra como ingredientes principales.

Los estudiosos dicen que la reli-

giosa, superiora de las Siervas de Jesús, cedió la receta de los mazapanes a su hermano, que comenzó a fabricarlos en un obrador instalado en el propio pueblo.

Ahora, cuando la mayoría de los obradores se han trasladado a Logroño, Soto en Cameros organiza anualmente una feria a la que convoca a los diferentes productores de La Rioja a un mercado, y en la que durante dos jornadas, esos puestos conviven con distintas actividades.

Intenso programa

Hoy sábado, a las 10.00 horas se inaugurará oficialmente la muestra con, entre otras cosas, la apertura del mercado del mazapán. A las 11.00 horas se celebrará una cata de chocolates y se inaugurarán los talleres infantiles. A las 12.00 lle-



Dulces recién sacados del horno de Mazapanes de Soto Segura. Rodrigo Merino



Mazapanes logroñeses de la Viuda de Felipe Romero. F. Díaz

gará una degustación de caldo camerano, antes se visitará la única fábrica de mazapanes del pueblo.

Por la tarde, se mantendrá el mercado y se celebrará una degustación de chocolates. La jornada concluirá con un concierto.

El domingo se reabrirá el mercado a la misma hora (10.00), habrá otra cata de chocolates, nuevas visitas a la fábrica de mazapanes y a las 12.00 h arrancará una degustación de salchichón. Antes de clausurar la Feria a las 14.00 horas, se realizará el sorteo de una cesta de la Reserva de la Biosfera.

¡Qué vida!



Aceite de
La Rioja,
toma pan
y moja.

CON LA GARANTÍA
DE CALIDAD
EUROPEA



La Rioja

Consejo Regulador
Aceite de
La Rioja



www.aceitedelarioja.com

MARTÍNEZ DE QUEL

MDQ. La tercera generación está al frente de la conocida empresa de distribución de alimentos congelados

De vender pescado en bicicleta a distribuir 2000 referencias en congelado por todo el país

LOGROÑO

Iván, Rocío y Marisol Martínez de Quel son los actuales presidente y consejeras delegadas respectivamente de Martínez de Quel, exitosa empresa familiar con una sólida trayectoria en la distribución de alimentos congelados. Analizan la historia de la firma, desde sus humildes inicios, hasta su actual liderazgo en el sector y exploran el futuro de la compañía.

– Nueva dirección y tercera generación al frente del proyecto. ¿Cuáles fueron los orígenes de Martínez de Quel y cómo se vivieron los primeros años?

– (Iván) Martínez de Quel es, en esencia, un gran sueño que comenzó hace más de 40 años cuando nuestros abuelos, Juan y Aurelia, naturales de Arnedo, comenzaron vendiendo pescado con una bicicleta. En su inquietud por apostar por lo novedoso, pronto canalizaron sus esfuerzos en el mundo del congelado.

Ya en Logroño, tuvieron claro que la calidad de lo que iban a vender a hosteleros y restauradores iba a ser fundamental. Por ello, desde el primer momento viajaron a donde mejor producto iban a encontrar: Galicia, País Vasco, Marruecos etc. Incluso fueron pioneros en la importación por vía aérea de pescado desde Namibia. Fueron años con jornadas de trabajo duras y exigentes.

– Martínez de Quel está dirigida actualmente por la tercera generación de la familia. ¿Cómo ha



Rocío, Iván y Marisol Martínez de Quel, junto a uno de sus vehículos frigoríficos. L.R.

influido la tradición familiar en la gestión y crecimiento de la empresa?

– (Rocío) En efecto, somos la tercera generación de la familia. Tres generaciones que han coincidido además trabajando de forma activa en la empresa. Nosotros, hemos tenido la posibilidad de aprender directamente de mis abuelos su carácter emprendedor y pionero.

Mi padre, Enrique Martínez de Quel, tuvo la clarividencia de apostar de forma definitiva por la distribución de alimentos ultracon-

gelados, y dotó a la empresa de una primera dimensión a nivel nacional con 12 delegaciones y una infraestructura de almacenamiento en frío absolutamente desconocida en el sector. De él hemos aprendido la perseverancia en el trabajo y su visión innovadora. Él fue el que comenzó a comprar con regularidad en los mercados internacionales. Hoy en día, importamos 150 contenedores de producto al año desde los más diversos orígenes: Asia, América del Norte y Sur, África, Europa, Oceanía...

Recordar también que suya fue la iniciativa de abrir nuestras tiendas de congelados, para así poder ofrecer la calidad de nuestros productos al cliente final.

– ¿Cuáles considera que son los valores que diferencian a Martínez de Quel con respecto a otros competidores del sector?

– (Marisol) Si algo nos define es la ilusión. Una ilusión por un proyecto común que comparten todos y cada uno de nuestros empleados. Formamos una verdadera familia que se orienta hacia principios de excelencia por el

trabajo bien hecho, el cuidado y atención a los detalles, el respeto a clientes y proveedores y la apertura a la innovación y modernización en el servicio a la hostelería. Todo ello, sin perder la perspectiva de ser una empresa familiar, de aquí, de la tierra. Con un fuerte arraigo e identificación local en cada una de las zonas en las que opera. No somos multinacionales o firmas que vienen de otros países.

– ¿Cuáles son sus retos de futuro?

– (Iván) Somos una empresa con una marcada vocación orientada a la restauración. Queremos que se nos reconozca como la mejor solución, en cuanto a servicio prestado, para toda la hostelería y restauración a nivel nacional. Somos una firma que vive por y para sus clientes. Por ello, estamos en un proceso de mejora continua e innovación a nivel tecnológico, de recursos y organizacional, con el fin de poder ofrecer nuestras mejores soluciones en cuanto a calidad, productos y servicio. El cliente, siempre ha sido y será nuestra referencia. Hoy en día trabajamos 2000 referencias en congelado: pescados, verduras, mariscos, carnes, platos de 5ª gama, frutas, repostería...

Todo esto y más es lo que ofrecemos a los profesionales del sector. Desde el bar de carretera o de barrio más humilde, hasta los restaurantes de vanguardia en la cocina española.



CAPITAL DE LA GASTRONOMÍA. Oviedo homenajeará a los diez chefs españoles más influyentes en la cocina mundial

Una cena con los más grandes de España

PAZ DE ALVEAR

Oviedo. Ferrán Adrià, Joan Roca, Martín Berasategui, Pedro Subijana, Juan Mari Arzak, Quique Dacosta, Andoni Luis Aduriz, Karlos Arguiñano, Hilario Arbelaitz y José Andrés. Son «los diez cocineros españoles más influyentes de los últimos años de la cocina mundial» y los diez estarán el próximo 4 de diciembre en Oviedo, en la Capital Española de la Gastronomía. Un encuentro «inédito», en palabras de Pedro Morán, organizado por la Asociación de Restaurantes Fomento de la Cocina Asturiana, con el apoyo del Principado, de Otea y del Ayuntamiento de Oviedo. «Queremos agradecerles lo mucho que nos han enseñado porque sin ellos España no sería uno de los tres países más importantes gastronómicamente hablando del mundo», precisó Pedro Morán, como presidente de Fomento de la Cocina Asturiana.

Bajo el nombre 'Los diez cocineros más influyentes de la gastronomía española', la jornada se dividirá en dos partes, según explicó David Fernández-Prada, de Gustatio. A las siete de la tarde, en el Auditorio Príncipe Felipe se celebrará una mesa redonda con la participación de los diez cocineros homenajeados, que abordarán el pasado, presente y futuro de la gastronomía española. Será abierta a quien desee asistir. A continuación, habrá una cena en el restaurante Deloya Latores en la que los integrantes de Fomento de la Cocina Asturiana elaborarán un menú homenaje a los diez cocineros premiados. Las entradas, al precio de 110 euros, ya están a la venta —a través de gustatioeventos.es—.

Será, en definitiva, un encuentro único y también solidario. Durante la mesa redonda en el Auditorio, se les hará entrega de un premio: un plato creado por el gremio de ceramistas de Asturias. Unas piezas «irrepetibles», cuyo valor —1.500 euros— irá destinado a World Central Kitchen, la ONG de José Andrés, para sufragar acciones en las zonas afectadas por la DANA. Además, durante la velada en Deloya se subastarán chaquetillas firmadas por los diez grandes cocineros.

Capitalidad gastronómica

El presidente de Otea, José Luis Álvarez Almeida, destacó que esta gala «es un hito más para Oviedo; una acción que al resto de España le gustaría tener». Oviedo, Capital Española de la Gastronomía, incidió, «no sólo es un buen eslogan, sino una manifestación de que Oviedo ama la hostelería». «Oviedo está en el mapa gastronómico», confirmó Almeida a la par que destacó sentirse «orgulloso» por tener «un Ayuntamiento y una Viceconsejera



Ferrán Adrià será uno de los principales chefs homenajeados en Oviedo. EFE



Andoni Luis Aduriz y Martín Berasategui, dos de los cocineros influyentes que acudirán a la capital asturiana. EFE

ría de Turismo» que han trabajado en lograr este «hito» con la guía de Fomento de la Cocina Asturiana.

El concejal de Turismo y Hostelería, Alfredo García Quintana, des-

tacó que «tras la gala de Otea en la que se reconoció a los grandes profesionales de la región y los Premios Nacionales de Hostelería, esta iniciativa viene a cerrar ese círculo, a reconocer a esos grandes cocine-

ros que, además de ser grandes profesionales, son embajadores de nuestra gastronomía, defensores de nuestras tradiciones culinarias e inspiración para muchas generaciones».

Finalmente, la viceconsejera de Turismo, Lara Álvarez, cerró el acto manifestando que «estamos teniendo un año muy gastronómico y es una muy buena noticia para Asturias, que está siendo un referente».

19



70

BODEGAS MARQUÈS DE CÀCERES

ELIGE EL VINO
que mejor te vaya



WINEinMODERATION
ELEGIR | COMPARTIR | CUIDAR
EL VINO SÓLO SE DISFRUTA CON MODERACIÓN

HEREDEROS DEL
MARQUÉS DE RISCAL
Desde 1858



Amor y respeto
por el vino
desde 1858

Nº1
EL MEJOR VIÑEDO
DEL MUNDO

Nº1
EL MEJOR VIÑEDO
DE EUROPA

2024
WORLD'S BEST
VINEYARDS