

AL ⁶⁵ PUNTO

núm.

La Revista de los Chefs
FEBRERO 2016



 Unilever
Food
Solutions

Platos combinados

El mítico formato vuelve en versión gourmet

Editorial

Por PEIO CRUZ

Hace tan solo unas semanas, tuvo lugar una lluvia de estrellas en la noche de la Guía Michelin España & Portugal 2016. La también conocida como *Guía Roja* distribuyó sus galardones y determinó así, en gran parte, la fortuna de los chefs y restaurantes nacionales que, a lo largo del próximo año, podrán aprovechar el tirón que les otorga esta distinción. No obstante, si bien el club de los *triestelares* no acogió nuevos miembros, sí que hubo nuevos integrantes en las categorías de una y dos estrellas. En total, 174 estrellas repartidas por todo el territorio, y que, una vez más, reflejan que España es un feudo culinario. Así lo podréis descubrir en esta entrega de *Al Punto*.

Un recetario rico y exquisito; productos nacionales de primera calidad y, también, un claro enfoque hacia la vanguardia.

No cabe duda de que tenemos excelentes chefs. Como, por ejemplo, Martín Berasategui y Quique Dacosta, que protagonizan dos entrevistas en esta publicación. A ello se le suma el potencial adicional de grandes técnicas; un recetario rico y exquisito; productos nacionales de primera calidad y, también, un claro enfoque hacia la vanguardia. Nos posiciona internacionalmente como referentes del sector gastronómico. Un sector que no para de crecer y reinventarse, como podremos descubrir, por ejemplo, en dos de las citas más importantes en materia culinaria: Madrid Fusión, el pasado enero, y la cuadragésima edición de la Feria Alimentaria, en abril. Dos encuentros que ponen de manifiesto tanto las últimas innovaciones en productos, como el gran nivel de la cocina y la diversidad de la oferta de restauración. Tres aspectos clave de la constante renovación del sector y, como no, de nuevas oportunidades. Nosotros, los que trabajamos entre fogones, lo corroboramos. Es más, somos partícipes de este dinamismo. De este éxito.



Leader Chef Culinary Service
Unilever Food Solutions

🐦 @ChefPeioUFS

CONSEJO DE REDACCIÓN

Ferran Moseguí
Ismael Valbuena
María Botella
Adriana Andreu
Peio Cruz
Àlex Viñeta
Liliana Londoño
Ariana Cubeddu
Jordi Roig
Laia Zieger
Anaïs Navarro

COLABORADORES/AS

Silvia Artaza
Alfonso Acedo
Alba García

COORDINACIÓN Y DISEÑO

Pro.
c/ Ganduxer 115, 1 Plta.
08022 Barcelona 93 219 66 20
procomunicacion.es

BUZÓN DEL LECTOR

Aquellos/as lectores/as que quieran compartir su opinión sobre los artículos de la revista o mandarnos propuestas de contenidos pueden enviarnos un e-mail a: alpunto@procomunicacion.es

Esta revista recoge artículos y opiniones de diversos profesionales y expertos independientes a Unilever Food Solutions, artículos sobre el contenido de los cuales la empresa no participa ni se posiciona.



Unilever España, S.A.
Calle Tecnología, 19 Edificio Unilever
Viladecans Business Park - 08840 Viladecans (Barcelona)
Telf. 93 681 22 00 - Fax 93 681 27 00
informacion.foodsolutions@unilever.com
www.unileverfoodsolutions.es

Menú

4

Toledo

Capital Gastronómica 2016

8

Breves

Libros, tendencias, agenda...

10

A la Carta

Arroz

12

Tendencia

Los fondos,
por Javi Estévez

14

Actualidad

¿Qué comeremos en el 2025?

16

Cesta de la Temporada

La alcachofa

18

Reportaje Estrella

Vuelven los platos combinados

22

Bodega

Los 10 mejores vinos
a menos de 10 euros

24

Entrevista al chef

Quique Dacosta

28

Recetario

Sabores invernales

34

Locales

Nuevas Estrellas Michelin

36

Entrevista

Martín Berasategui

37

Actualidad

Madrid Fusión

38

Ideas para...

Preparación inteligente

39

Iniciativa

Aula Hotelera

Toledo

CAPITAL ESPAÑOLA DE LA GASTRONOMÍA 2016

Toledo es patrimonio, como así declaró la Unesco en 1986; cultura, pues entre sus murallas se descubren herencias judías, cristianas y musulmanas, además de un importante legado quijotesco y de El Greco; y este año más que nunca, de gastronomía.



Ciudad Patrimonio Mundial por la UNESCO

Toledo competía con Huelva en la carrera por sustituir Cáceres como Capital Gastronómica. Pero la conmemoración, este año 2016, del 30º aniversario de la declaración de la capital manchega como Ciudad Patrimonio Mundial por la Unesco, ayudó al jurado a decantar su decisión por Toledo.

No es de extrañar. Pues rodeada por este, sur y oeste por el caudaloso río Tajo, la ciudad destaca por una monumentalidad excepcional y unos valores paisajísticos inimitables. Su casco antiguo conserva edificaciones de estilos arquitectónicos tan diversos, que lo convierten en un verdadero museo al aire libre: iglesias románicas, templos mudéjares, palacios barrocos, imponentes fortalezas, puertas, sinagogas y mezquitas se alzan tras sus históricas murallas, abriéndose paso entre sus estrechas y laberínticas calles. Mención aparte merecen la Catedral, considerada una de las cumbres del arte gótico, y el soberbio Monasterio de San Juan de los Reyes, construido por encargo de los Reyes Católicos.

En definitiva, una riqueza monumental que si bien en el 1986 asombró a la UNESCO, hoy ha influenciado a la Federación Española de Hostelería (FEHR) y a la Federación Española de Periodistas y Escritores de Turismo (FEPET) en el nombramiento de la ciudad castellano-manchega como Capital Gastronómica 2016. Así lo argumentaron al apelar a la “creativa combinación entre patrimonio cultural y gastronomía que atrapa a sus visitantes”.

Dos insignias de Toledo: el patrimonio cultural y la gastronomía, herencia de las tres culturas que un día habitaron –y cohabitaron– dentro de sus murallas: la cristiana, la árabe y la judía. Desde los templos, los palacios y las estrechas y sinuosas calles, pasando por los cocidos más sustanciosos, los escabeches o las carcamusas, entre otras especialidades culinarias. Todo ello sin olvidar el maza-pán, el rey de los dulces toledanos desde el siglo VIII.

Es por todo este legado histórico, patrimonial, cultural y gastronómico que la capital castellano-manchega es conocida por autóctonos y foráneos como Ciudad de las Tres Culturas o Ciudad de la Tolerancia. Dos alusivos apodos a los que este 2016 hay que sumar un tercero: el de Capital Española de la Gastronomía.

El jurado valoró “la creativa combinación entre patrimonio cultural y gastronomía que ofrece Toledo”



DE ARRIBA A ABAJO:
VISTAS CIUDAD
 Toledo destaca por una monumentalidad excepcional. Su catedral es una de las cumbres del arte gótico.
MIGAS RULERAS
 Un plato de origen pastoril.

“A quien Dios quiso bien, en Toledo le dio de comer”

Ya en tiempos de Miguel de Cervantes, quien residió en la ciudad manchega durante largas temporadas, se decía que “A quien Dios quiso bien, en Toledo le dio de comer”. Y es que tanto el mismísimo autor de *Don Quijote de La Mancha* como eruditos de la talla de Lope de Vega, Benito Pérez Galdós, Fernando de Rojas, Alejandro Dumas o Theophile Gautier pregaron la cocina local. Una cocina reconocida por la intensidad de un recetario repleto de platos gustosos y consistentes, “en los que se funden el alma del pueblo llano con una cultura elevada”. Así lo destacaba la candidatura toledana, la cual también apelaba a esa herencia cultural de la que hablábamos antes: tanto de cristianos, árabes y judíos, como también mediterránea, conventual, palaciega, visigoda, romana, quijotesca y, claro está, campesina. En este sentido, cabe destacar especialmente las cocinas de caza y matanza.

Uno de los productos estrella, aquí, es la perdiz, la cual se propone en escabeche -un plato frío-, asada, a la parrilla, con alubias o, más especialmente, estofada. Es decir, “a la toledana”. Pues se trata del manjar más típico y emblemático de la Capital Gastronómica 2016. ¿Su secreto? El aderezo a base de hierbas aromáticas -en lugar de sal-, las cuales impregnan la jugosa y tierna carne de ave, cocinada a fuego lento.



Los restaurantes más tradicionales para comer perdiz “a la toledana” se ubican alrededor de la Catedral

DE ARRIBA A ABAJO:

PERDIZ

Estofada, con verduritas y vino tinto.

MAZAPÁN

El dulce toledano por excelencia.



J.M. MORENO

Mazapán de Toledo

Si hablamos de dulces y postres toledanos, sin lugar a dudas el protagonismo se lo lleva el ya citado mazapán, con Indicación Geográfica Protegida. De masa fina y compacta, sus ingredientes principales son la almendra (cruda, picada y molida) y el azúcar. A partir de aquí, las presentaciones más autóctonas son las anguilas (reellenas de yema, frutas confitadas, batata y/o cabello de ángel), los empiñonados, las marquesas (batido con huevo y harina) o en sopa de almendra, por citar algunas.

También como postre se puede tomar queso manchego, uno de los más conocidos tanto aquí como allí. Se trata de un queso elaborado con leche de oveja autóctona de Castilla La Mancha y madurado durante un mínimo de dos meses. Una vianda única en el mundo que bien merecería un artículo entero dedicado a ella.

Una marca con repercusión

Pero centrémonos de nuevo en la capitalidad gastronómica, un título de indudable impacto. Pues desde Logroño en 2012 -la primera Capital Española de la Gastronomía-, a Cáceres, el pasado 2015, pasando por Burgos (2013) y Vitoria (2014), han logrado una destacable proyección internacional, una considerable repercusión mediática y un importante retorno económico marcado, sobre todo, por el aumento de visitantes.

En este sentido, Toledo ya ha empezado a notar los efectos positivos que comporta dicho título. Por ejemplo, el buscador de viajes Skyscanner ha incluido la capital castellano-manchega entre las 16 ciudades del mundo de deben visitarse este 2016, junto a Abu Dabi, Río de Janeiro, Londres, La Habana o Ciudad del Cabo, por citar algunas.

TEXTO M. GIFRE



¿Qué ver?

Monasterio de San Juan de los Reyes

Calle Reyes Católicos, 17 – Toledo
925 22 38 02 - www.sanjuandelosreyes.org



Encargado por los Reyes Católicos y proyectado por Juan Guas, representa uno de los mejores conjuntos del estilo gótico hispano-flamenco.

El entierro del Señor de Orgaz

Plaza del Conde, 4 – Toledo
925 25 60 98 - www.santotome.org



Considerada la obra maestra de El Greco, corona la tumba del mismo Señor de Orgaz, quien encargó la reconstrucción de la Iglesia de Santo Tomé.

Santa María La Blanca

Calle Reyes Católicos, 4 – Toledo
925 22 72 57 - www.toledo-turismo.com



Erigida como sinagoga en el año 1180 d.C., en el siglo XV fue reconvertida en iglesia. Importantes sinagogas de todo el mundo se han construido a inspiración de la toledana

¿Dónde comer?

Bar Ludeña

Plaza de la Magdalena, 10 – Toledo
925 22 33 84



Esta pequeña taberna es uno de los locales favoritos para tapear en Toledo. Entre sus propuestas, también destacan las perdices y codornices estofadas o la tortilla de patatas con salsa de carcamusas.

Precio: de 15 a 25€uros

Hierbabuena

Ctra. Circunvalación, 1 – Toledo
925 22 39 24 - www.restaurantehierbabuena.com



¡Un clásico toledano! Situado fuera de las murallas, es ideal para disfrutar de una buena comida con vistas a la ribera del Tajo. Su carta presenta desde la tradicional perdiz “a la toledana” a propuestas de lo más creativas.

Precio medio: 60€uros.

Adolfo

C/ Hombre de Palo, 7 – Toledo
925 22 73 21 - www.grupoadolfo.com



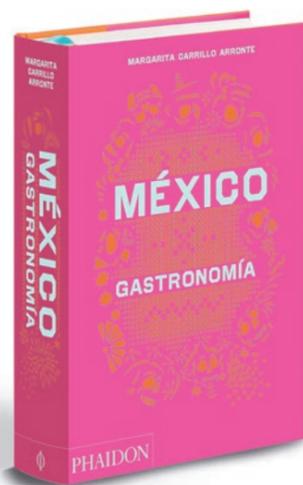
No sólo la alta cocina de su carta merece la pena, sino también su bodega, una de las más amplias de la ciudad. Por no hablar de su ubicación en una antigua casa noble judía del siglo XII.

Precio medio: 60€uros.

NOVEDADES EDITORIALES SIN FRONTERAS

Estos últimos meses han sido marcados por un gran número de atractivas novedades editoriales, que permiten ampliar nuestro universo culinario. Aquí va el 'Top 5':

- *Persiana. Recetas de Oriente Próximo y más allá* (Sabrina Ghayour- Editorial Salamandra): tradiciones y sabores árabes de una manera accesible y actualizada.
- *Fish - Pescado* (Philippe Emanuelli y Frédéric Raevens - Lunwerg): recetas originales para preparar pescado, aprender o mejorar la técnica, la limpieza, el despiece y la cocción.
- *Inside Chef's Fridges* (Carrie Solomon y Adrian Moore - Taschen): puro 'cotilleo' gastronómico. Este libro abre las neveras de los domicilios de 40 grandes chefs europeos.
- *Tokio. Las recetas de culto* (Maori Murota - Lunwerg): sushi, desayunos, 'ohiru' o dulces tradicionales, entre otras recetas.
- *México. Gastronomía* (Margarita Carrillo Aronste - Phaidon): la biblia definitiva de la cocina mexicana, con 600 recetas tradicionales.



TENDENCIA EN REPOSTERÍA: LOS ÉCLAIRS

Primero fueron los coulants y siguieron los cupcakes, cakepops, macarons, el carrot cake y los cronuts. Y hoy la gran tendencia en repostería son los éclairs. Un dulce que ya causa furor entre los *foodies* de París y Londres, y que está entrando con fuerza en las cartas de nuestro país. Creado en el siglo XIX para la aristocracia francesa, hoy se ha modernizado y convertido en un dulce de forma alargada, elaborado con pasta choux y relleno de crema pastelera de infinitos sabores (chocolate, vainilla, frutas, café...). Todo con una cobertura final de glaseado del mismo sabor que su relleno. ¿Te apuntas a esta tendencia?

MARTIN BERASATEGUI MEJOR RESTAURANTE DEL MUNDO

Los premios Traveller's Choice Restaurants que TripAdvisor organiza anualmente galardonan hace unas semanas los establecimientos más importantes de todo el mundo, según dicho portal de viajes. Lo hicieron basándose en un algoritmo que tiene en cuenta la cantidad y la calidad de los comentarios durante un período de 12 meses. Un año más, nuestro país vuelve a destacar por su gastronomía: alguno de sus locales se sitúan entre los primeros puestos a nivel mundial, además de ser uno de los países que más reconocimientos ha acumulado. Así, en esta nueva edición del certamen, el Restaurante Martín Berasategui, en Lasarte, ha alcanzado el puesto número 1 a nivel mundial, europeo y español. Otros restaurantes nacionales presentes en el ranking internacional son El Celler de Can Roca (en Girona), el Club Allard (Madrid), Arzak (San Sebastián) y ABaC (Barcelona).

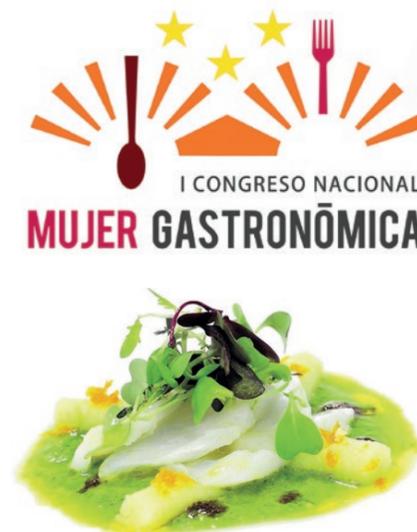


40 AÑOS DEL SALÓN ALIMENTARIA

Del 25 al 28 de abril el Salón Internacional de la Alimentación y Bebidas volverá a instalarse en el recinto Gran Vía de Fira de Barcelona para celebrar su cuadragésima edición. Para ello ha previsto una profunda reconceptualización de su oferta que reforzará su posicionamiento estratégico en gastronomía, restauración y hostelería. De este modo, garantizará la máxima representatividad de las empresas expositoras y reflejará nuevas tendencias y hábitos de consumo. Junto a sectores como Intervin, Intercam y Restaurama, y salones de larga tradición y trayectoria como Interlact, Alimentaria 2016 proyecta Multiple Foods para dar cabida a empresas multiproducto, del sector del dulce, conservas, aceites, participaciones internacionales y autonómicas, además de acoger alimentos propios de la Dieta Mediterránea y de carácter funcional, ecológico, orgánico y Premium. Nuevos espacios que se sustentan sobre los objetivos prioritarios del salón: fomentar el negocio, la innovación y la internacionalización de las empresas participantes, y resaltar los valores y atributos de las marcas alimentarias.

II CONGRESO NACIONAL MUJER GASTRONÓMICA

Los días 22 y 23 de febrero de 2016 se celebrará en el Rectorado de la Universidad de Córdoba el Congreso Nacional Mujer Gastronómica, un evento que pretende poner en valor el trabajo de la mujer en este sector y en el que se tratará la importancia de la decoración, el servicio y la presentación de ciertos productos en la sala. Participarán en esta segunda edición del encuentro profesionales como las sumilleres Eva Pizarro (Tándem Gastronómico), Gemma Vela (Hotel Ritz), M^a José Huertas (La Terraza del Casino) y Pilar Caveró (El Celler de Can Roca); las cocineras Fina Puigdevall (Les Cols), Beatriz Sotelo (A estación), Lucía Freitas (A Táfona), Yolanda León (Cocinando) y Zahira Ortega (El Envero); Jefas de sala como Sara Fort (Arola) y Ana Acín (Venta el Sotón), además de empresarias, diseñadoras, periodistas...



AGENDA 2015

14/01 al 13/03
JORNADAS DE LA TRUFA
Morella (Barcelona)

12 al 14/02
GUSTOKO
Bilbao (Vizcaya)

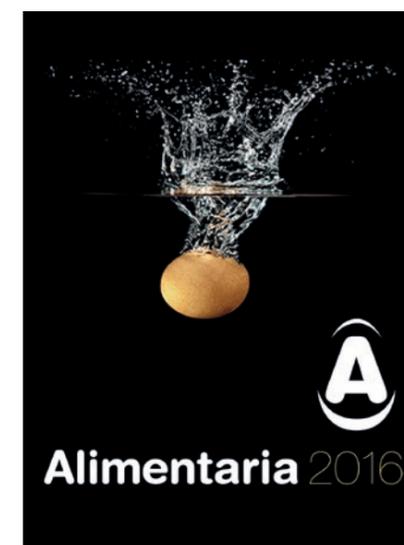
27/02 al 2/03
JORNADAS DE ALTA COCINA
EN MINIATURA
Murguía (Álava)

10 al 13/03
FERIA INTERNACIONAL
APÍCOLA
Pastrana (Guadalajara)

04 al 07/04
GOURMETS
Madrid

10 al 19/04
SEMANA DEL PINCHO
Pamplona (Asturias)

25 al 28/04
FÉRIA ALIMENTARIA
Barcelona





A la carta...

El granito de arroz

Habría que aplicar siempre el siguiente precepto: "a cada receta, su calidad, grano y cocción adecuada de arroz". Sólo así garantizaremos el sabor y la textura más perfecta para cocinarlo seco, caldoso, salteado, blanco o cremoso. Opciones tenemos, ya que en el mundo existen más de 2.000 variedades diferentes de arroz (que según el proceso de producción puede ser de tipología integral, blanco, vaporizado,...). No obstante, este cereal (fruto de la gramínea *oryza sativa*), el más consumido en el mundo junto al trigo, puede agruparse en tres grandes categorías condicionadas por la forma de su grano:

- **Arroz blanco de grano largo (o índico):** granos finos, firmes y sueltos ideales para guarnición o ensaladas. Basmati o Surinam, entre otros, figuran en esta categoría.
- **Arroz de grano corto (o japonico):** su elevado contenido en almidón genera una textura cremosa al momento de la cocción. Es el más adecuado para preparar risottos, sushi o postres como el flan de arroz o el arroz con leche.
- **Grano medio:** tiene menos amilosa que el arroz de grano largo y es el más usado en la cocina española, más especialmente en su variedad bomba.

Cualquier arroz no vale. Afirmativa y contundente donde las haya, esta frase no deja opción a dudas. Y es que, a cada receta, su arroz. Así lo vaticinan los expertos: no sabemos valorar la importancia de este ingrediente cuando puede determinar el éxito de un plato.



MOLÍ DE PALS
Semilargo



BRAZAL
Cultivado con agua de Los Pirineos



LOTAO DELI
Rosa



ARROZ SOS
Integral tradicional



HITOMEBORE
Grano corto



MATIZ
Bomba



RIETVELL
Delta del Ebro



SIVARIS
Bomba / Aromático



LA FALLERA
Grano grueso

Los fondos son esencia y sabor. Su personalidad marca el recetario tradicional de nuestro país, a la vez que fomenta la vanguardia culinaria en creaciones contemporáneas. A lo largo de los últimos años, los chefs más creativos han sabido sacar partido a sus sabores exquisitos y, con ingenio, han potenciado grandes recetas a base de texturas novedosas como las espumas o los glaseados, entre otras. Así sorprenden los paladares más gourmets.

‘No concibo la cocina sin los fondos’

Javi Estévez

Chef Revelación 2016, Madrid Fusión

La gama de Fondos Profesionales Knorr (de pollo, marisco y carne) reafirma la apuesta por esta base de nuestra cocina y ayuda a los chefs a disfrutar con lo que hacen, ahorrándoles tiempo de elaboración y dando, de este modo, rienda suelta a su creatividad. Todo ello repercute en platos aún más sanos y deliciosos que dotan nuestra gastronomía de un gran renombre. El popular chef Javi Estévez, conocido por su participación en el programa televisivo *Top Chef*, Chef Revelación en Madrid Fusión 2016 y que triunfa con su primer restaurante madrileño, La Tasquería, es el embajador de esta gama de productos la cual nos presenta en esta entrevista.

¿Son los fondos el alma de nuestra cocina?

Sin ellos no concibo la cocina: son el origen y el final de muchos platos porque en nuestra gastronomía se guisa mucho. Y todas estas salsas resultantes de largas horas de cocción marcan la diferencia en el resultado final.

La base de un buen fondo es...

Partir de buenos productos: verduras, carnes y pescados de calidad nos darán un fondo de gran nivel.

¿Cuáles son los principales inconvenientes a la hora de su elaboración?

Muchas veces, los profesionales de la cocina no disponemos del espacio y tiempo necesario para elaborar fondos, ya que requieren un fuego para sí solos y muchas horas de cocción.



¿Puede un fondo profesional suplir uno casero?

De la forma en la que se elaboran los Fondos Profesionales Knorr, sin ninguna duda. El método de preparación es el mismo, sólo cambian las cantidades.

¿Qué aportan los Fondos Profesionales Knorr?

Cualquiera de las tres recetas de la gama -pollo, marisco o carne- ayuda a los cocineros a dotar sus platos de un nivel superior. Además, a menudo ocurre que algunos productos no dan jugo o salsa de forma instantánea. Los Fondos Knorr logran redondear los platos sin necesidad de ocupar tiempo y espacio.

¿Cuáles son las ventajas de esta gama?

La regularidad del producto y su estandarización, que permite “tunearlo” al gusto obteniendo diferentes resultados, ¡es una pasada! Y, por supuesto, la variedad: pollo, carne y marisco, tres fondos que dan mucho juego para acompañar a diferentes productos.

¿Te inspiran para ser más creativo?

¡Por supuesto! Porque a partir de un buen producto es más sencillo innovar. Gracias al colágeno natural que contienen, con técnica e interés, se pueden obtener elaboraciones diferentes y sorprendentes. Algunos cocineros, con un poco de curiosidad y creatividad, les encuentran un sinfín de posibilidades. Sus aplicaciones, como comentaba antes, son diversas, ya que se pueden utilizar tanto para salsear de forma tradicional, como para mojar un guiso o arroz, e incluso para elaborar diferentes texturas.



¿Qué aplicaciones más vanguardistas se pueden realizar?

Desde aires o espumas, hasta granizados o gelées.

¿Para qué platos son ideales?

Para platos en los que se realizan cocciones inmediatas, cortas y rápidas. Por ejemplo, para glasear una oreja de cochinito al momento, terminar de cocer un cuscús añadiéndole al final el fondo para conservar el sabor, cocer pescados y potenciar su sabor, o elaborar un velo para cubrir un guiso a partir de una gelatina de ternera. Gracias a la gelatina natural del Fondo de Pollo Knorr también se puede llegar a obtener un pil-pil con sabor y textura únicos que, con un toque de escabeche, resulta ideal para salsear unas pechugas de codorniz en ensalada.

FONDOS PROFESIONALES KNORR:

- Pollo, carne o marisco
- Listos para usar
- Receta tradicional
- Ingredientes 100% naturales
- Sin gluten
- Sin conservantes ni aromas artificiales
- Recetas con sabor, brillo y textura excepcionales



Los Nuevos Alimentos son todos aquellos cuyo consumo era inexistente en la Unión Europea antes de la entrada en vigor de la ley del 15 de mayo de 1997. El pasado mes de noviembre, se aprobó una nueva legislación al respecto que facilita la entrada segura de estos Nuevos Alimentos en nuestro continente.

¿QUÉ COMEREMOS EN EL 2025?



En este marco, el pasado mes de octubre, el Parlamento Europeo organizó en Bruselas el seminario *¿Qué comeremos en el 2025?*. Portavoces de todos los partidos políticos, científicos y representantes de los consumidores debatieron sobre esta normativa, con el fin de facilitar de forma segura la entrada de nuevos alimentos en nuestro continente. Gracias a esta discusión, el 25 de noviembre del 2015 se aprobó la nueva reglamentación. A grandes rasgos, se establecen estas tres líneas:

ALIMENTOS DE CONSUMO HABITUAL EN LOS PAÍSES DEL TERCER MUNDO

En esta categoría se encuentran desde el baobab hasta desconocidas especies de frutas tropicales, algas o insectos. Este último producto, quizá el más controvertido y sorprendente de la nueva legislación.

Con motivo del congreso, los representantes de Nordic Food Lab, organización liderada por el chef Rene Redzepi -del prestigioso restaurante Noma de Copenhague- que investiga el potencial culinario de la zona norte de Europa, presentó propuestas tan originales como asombrosas a través de técnicas culinarias muy diversas. Por ejemplo: un caldo de grillo, hormigas crujientes maceradas con cítricos, tortillas mexicanas rellenas de larvas de abeja o una ginebra de hormigas (foto en la página de la derecha).

NUEVOS INGREDIENTES CREADOS DIRECTAMENTE PARA LA INDUSTRIA AGROALIMENTARIA

Unos de los más destacados son los fitoesteroles, los cuales se obtienen de los vegetales y permiten disminuir el colesterol ingerido. Otros son el aceite rico en DHA y EPA obtenido de microalgas o el krill (un pequeño crustáceo), etc.

INGREDIENTES EN FORMA DE NANOPARTÍCULAS

Posiblemente la categoría más compleja de entender, ya que la definición de estas sustancias es tan amplia como difusa: son ingredientes triturados intencionadamente a tamaño pequeñísimo, de nanopartículas (miden menos de 100 nanómetros). La nueva normativa evaluará su seguridad y facilitará su legalización porque estos ingredientes permiten mejorar el color, el sabor y la textura de los alimentos, a la vez que encapsular ciertos nutrientes, como las vitaminas, para impedir su rápida degradación.



¿Cuáles son las ventajas que augura la legalización de nuevos alimentos en el mercado europeo?

- Hay una amplia lista de alimentos que se postulan como nuevas fuentes de nutrientes y que aportan beneficios saludables para el organismo, por lo cual los consumidores europeos nos podríamos beneficiar de ellos si llegan a nuestro mercado.
- Permitirá ampliar las opciones de consumo a colectivos con requisitos alimentarios específicos. Hablamos, por ejemplo, de las personas con intolerancias y/o alergias alimentarias o de los que siguen dietas especiales (veganos, vegetarianos...).
- Producción más sostenible: si existe un marco legal que regula la entrada del producto en el mercado, también hay un control de su trazabilidad. Ello puede favorecer el respeto de ciertos requisitos éticos, tanto para los trabajadores implicados en su producción, como para el medioambiente.
- Supondrá la creación de nuevos empleos a nivel mundial (producción, distribución, comercio...).
- El consumidor tendrá aún más productos de consumo a su alcance. Ello le permitirá tener una dieta más variada y explorar nuevos horizontes culinarios.
- La introducción de nuevos productos es un importante estímulo para la innovación en la industria de alimentos y bebidas.

TEXTO A. GARCÍA



Una amplia lista de alimentos se postulan como nuevas fuentes de nutrientes y aportan beneficios saludables para el organismo

JAVIER SÁNCHEZ
PERIODISTA



QUERIDOS SALTAMONTES, BIENVENIDOS AL PLATO

¿Os acordáis de 1997? Ese año aún pagábamos en pesetas, se estrenaba la película Titanic y, hablando de gastronomía, el Bulli conseguía su tercera estrella Michelin (sí, sí, hasta ese año solo tenía dos). Sí, parece que hace mil años que pasó todo esto... Pues bien, hace apenas unas semanas el Parlamento Europeo aprobaba cambiar una legislación que llevaba vigente desde ese año y que ralentizaba a ritmo de paquidermo la entrada de nuevos alimentos en el viejo continente.

La actualización de este marco legal facilitará que en nuestra despensa entren nuevos alimentos como algas, frutas exóticas, hongos, colorantes... y lo que, sin duda, ha provocado más levantamientos de cejas: cualquier forma comestible de insecto siempre que cumpla las normas sanitarias de la Unión Europea. Fijémonos en ellos.

No solo son la gran esperanza de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para solucionar los problemas del hambre en el mundo, sino que, en muchísimas partes del mundo, los insectos forman parte del día a día: desde los grillos churruscaditos que se comen en brochetas en los mercados callejeros asiáticos hasta los gusanos de Magüey que se consumen en zonas de México, como Oaxaca o Tlalcala. Además de en la cultura popular, también se encuentran en la alta cocina: recordemos que René Redzepi, jefe de cocina del supertop restaurante danés Noma, tiene afición a poner hormigas en sus creaciones. Quedándonos en España, Roberto Ruiz, chef del estrellado mexicano Punto MX, sirve tacos de chapulines (saltamontes) a su asombrada clientela.

En realidad, lo que ha hecho Bruselas es ir al compás de los tiempos: para una nueva generación acostumbrada a viajar, deseosa de nuevas experiencias (la palabra que lo define todo últimamente) y que se declara foodie, probar nuevos alimentos es casi, casi, algo natural. Además, hay coartada ecológica. Los bichitos aportan tantas proteínas como la carne de vaca y, también, generan muchísimos menos gases de efecto invernadero.



Hoja por hoja

La alcachofa

Hoja por hoja, se deshoja. Como una provocación, un juego de seducción que abre el apetito poquito a poco... hasta llegar a su corazón: tierno, meloso, sabroso y jugoso.

Esta hortaliza propia del invierno, que ya consumían los antiguos griegos y romanos, es apreciada tanto por sus virtudes saludables (alto contenido en fibra, vitaminas y minerales; poco calórica, depurativa y con los ácidos necesarios para reducir el colesterol) como por su rica polivalencia. Cruda, salteada, en crema, horneada, a la brasa, frita, rellena o para relleno, plato principal, acompañamiento o incluso en infusión, su delicioso sabor hace de la alcachofa una gran aliada culinaria. Para ello, en España, tenemos como variedad la Blanca, también conocida como De Tudela, la cual se cultiva en diferentes zonas del territorio: Navarra, Benicarló (con DO), Reus, El Prat de Llobregat, La Rioja o Murcia.

Un placer verde para los sentidos que incluso inspira a escritores como Juan Cervera Sanchís, quien le dedicó el siguiente verso: "La alcachofa es cautivadora (...). Ella, tan bella y tan alimenticia, cuyo estelar papel en nuestra dieta; su autoridad subraya en nuestra mesa".



8 motivos que señalan la vuelta de

LOS PLATOS COMBINADOS



Aquellos maravillosos años en los que no se pedía el plato por su nombre sino por su número, y con su mera mención se nos hacía la boca agua... Los platos combinados representaban la mágica posibilidad de reunir todos los antojos: patatas fritas, pimientos verdes y pollo asado, para unos; lomo, huevo frito y tomate al horno, para otros. Prepararos, el mítico formato vuelve. ¿Cómo lo sabemos?

I. Los platos combinados ya son protagonistas de un nuevo espacio gastronómico

Ante todo, observad. ¿Cuál es el primer índice de la aparición de una tendencia? Cuando algo se convierte en protagonista. Y este es el caso del plato combinado, estrella del flamante Lovnis (General Pardiñas 56, Madrid). Un espacio precioso y moderno que recuerda con diseño y buen gusto, el bar-café de toda la vida. En el nuevo local de Álvaro Castellanos e Iván Morales, conocidos por la Taberna Arzábal, sirven el icónico formato a través de sus uniones más clásicas (como el nº1: huevos fritos, chistorra, pimientos de Guernica y patatas) y de creaciones propias e innovadoras: pollo picantón roti con verduritas a la plancha y salsa romesco; o arroz con trufa, puerro a la brasa y tomate aliñado, por ejemplo. Los comensales también tienen la posibilidad de combinar en el plato sus ingredientes favoritos, al gusto.

Aun así, preguntando por si el plato combinado es la nueva estrella del rock, Iván parece sorprenderse. "Nunca ha desaparecido de las cartas, porque lo rico no pasa de moda", asegura. "Lo que hemos hecho es subir el nivel, trabajando con productos de gran calidad y de temporada, y hemos adaptado y reactualizado las combinaciones a las nuevas necesidades y gustos: menos fritos, cocciones más ligeras, jugar con las verduras,... en definitiva, todo más saludable", explica el dueño del local. Y a esa propuesta apetecible todavía añaden un argumento de peso más para visitar Lovnis: los postres también lucen estilo retro, con elaboraciones caseras como el limón helado, el pijama o la tarta Contestá. Míticos para la generación de los Arzábal (treintañeros) y un recuerdo que será seguramente sinónimo de éxito.



El plato combinado es un básico de nuestra cultura gastronómica popular.

IMÁGENES:

RESTAURANTE LOVNIS
Detalles del local y de sus platos combinados gourmet.



2. Un concepto en línea con los nuevos hábitos de consumo

'Revival' sí, pero adaptado a la actualidad. O sea, lo de antes está de moda, siempre y cuando pueda presumir de nivelazo. Porque hoy los paladares son más finos y con más experiencia que hace unas décadas, porque el cliente sale, sabe y prueba más. Con su trayectoria, se ha vuelto más exigente y espera calidad. Lo demuestra el auge de la tendencia gourmet que ha tomado desde los bocadillos, hasta las salchichas, las hamburguesas y los vermouths, entre otras especialidades culinarias.

Así, hay grandes variaciones, sobre todo en la calidad y origen de la materia prima. En eso y también en cómo respetan la temporada de los alimentos.



DE ARRIBA A ABAJO

PLATILLOS

Boquerones fritos, patatas bravas, ensaladilla rusa, rabas... son otros imprescindibles de Lovnis.

EL N° 7

Albóndigas Guisadas, Pisto y Patatas Fritas

Hoy la materia prima es más gourmet y las combinaciones responden a las nuevas expectativas saludables de los comensales.

3. Favorece la versatilidad y creatividad

Nuestra sociedad se ha vuelto más sibarita: nos gustan las experiencias nuevas, y más aún si tienen estilo. Sino, que se lo digan a la armada 'foodie', que vive y se desvive para inmortalizar y compartir en las redes sociales todos los platos bonitos con los que se cruza. He aquí la suerte de los platos combinados: ¡se puede hacer de todo y más! Desde fórmulas tradicionales a otras con un toque de creatividad e ingenio, ya sea jugando con ingredientes internacionales, colores, variando la presentación de los alimentos o apostando por diversificar salsas y 'toppings' (como la cebolla frita, los frutos secos caramelizados, los picatostes...), que levantan pasiones.

También salsas: mayonesa tradicional o personalizada con condimentos, vinagretas, etc. A todos nos gusta mojar pan, carne, verduras o patatas. Y si tenemos varias opciones, mejor. Así pues, en un plato combinado no hay nada más apetecible que disponer varios cuencos (de pequeño tamaño) con salsas para que el comensal pueda dar rienda suelta a sus gustos.

4. Fans del pica pica

Reconozcámoslo, somos un país propenso al picoteo, al pica-pica y a cualquier costumbre que implique comer un poco de todo a la vez y a un precio razonable. Es algo "muy nuestro", como se suele decir, y el furor que causan tapas y pinchos en todo el país son la mejor prueba de ello. Pero, casualidades de la vida, los platos combinados vienen a ser más o menos eso: un poco de todo en un mismo plato y en formato de consumo individual ¡Ideal!

5. El triunfo del 'vintage', también en la cocina

Si un lema caracterizara la cocina de hoy éste sería: "que vuelva lo clásico". Y es que hay todo un movimiento de adeptos que trabaja en la valorización de los orígenes y en la recuperación de la tradición para darles una segunda juventud (¿o quizá inmortalidad?). Recetas y fórmulas de toda la vida, olvidadas un tiempo, vuelven hoy a las cartas pisando fuerte. Y seguro que el plato combinado será otro caso de éxito, pues es puro costumbrismo nacional, vamos.



6. Una fórmula que apela a la nostalgia

La nostalgia parece haberse apoderado pues de chefs y gastronómicos. Y este formato culinario logra tocar la fibra sensible del público que más sale a cenar fuera, es decir los de 25 a 50 años. Esos mismos que han crecido a base de platos combinados y que se morirán para volver a pedir un n°3 mientras recuerdan aquellos veranos con la familia, aquellas escapadas con los amigos o incluso las risas en el comedor del cole (en Lovnis sirven sus creaciones en bandejas de aluminio como homenaje a las cantinas infantiles). Sí, el plato combinado es todo un icono de nuestra cultura gastronómica popular y tiene una gran acogida por parte del público. Es un formato emocional, de recuerdo, al que nos identificamos, muy cercano, porque nos trae en mente momentos agradables.

Recetas de toda la vida y utensilios, como las bandejas de aluminio, que apelan a la nostalgia, son la fórmula de éxito.



7. Cultura del reaprovechamiento

Entre unos y otros platos combinados también se puede sacar partido. Genial, ¿verdad? En efecto, la variedad de combinaciones da rienda suelta a complementos extras y variaciones sin límites. Con las sobras de carne se pueden hacer croquetas como guarnición a otro plato combinado, o con las verduras, ensaladilla rusa, por poner algunos ejemplos. Una apuesta que supone ahorro para el negocio y favorece la sostenibilidad.

8. ¿A quién no le gustan los platos combinados?

Nada más que añadir.



ERMITA DEL CONDE ALBILLO CENTENARIO 2013

V.T. Castilla y León
10€uros

100 % albillo mayor.
Barrica: parcialmente 12 meses.
Grados: 13,5 %. Blanco.

Equilibrado, cierta estructura, fresco, sedoso, buena longitud. Recuerdo excepcional de otros tiempos y joya recuperada en una botella.



SOLEAR EN RAMA. SACA DE INVIERNO

D.O. Jerez-Manzanilla de Sanlúcar
7,60 euros

Bodega Barbadillo. 100% palomino.
Barrica: 10 años, crianza dinámica.
Grados: 15%. Blanco.

Seco, amplio, llena la boca, final persistente, final largo y amargoso. Otra forma de vivir la evolución de la manzanilla según los calendarios.



LOS CANTOS DE TORREMILANOS 2012

D.O. Ribera del Duero
9 euros

Finca Torremilanos. 95% tempranillo, 5% merlot.
Barrica: 12 meses.
Grados: 14%. Tinto.

Potencia, elegancia y sutileza. Carnoso y taninos dulces. Un paso más en la tradición de los tintos ribereños.

LOS 10 MEJORES VINOS por menos de 10 euros



Un buen vino no es necesariamente sinónimo de precio astronómico. Así lo demuestra la guía 'Los 100 mejores vinos por menos de 10 euros' (Editorial geoPlaneta), de Alicia Estrada, con propuestas de vinos de gran consumo, naturales, ecológicos o biodinámicos. Aquí destacamos el Top10 de la autora.



MIRIADE VIOGNIER 2014

V.T. Castilla
7,90 euros

Bodegas Vallegarcía. 100 % viognier.
Barrica: sin madera.
Grados: 14,5 %. Blanco.

Fresco, untuoso, frutoso, largo y persistente. Hoy en La Mancha el visitante se topa con esta gran viognier.



LOSADA 2011

D.O. Bierzo
9,20 euros

Losada Vinos de Finca. 100% Mencía.
Barrica: 12 meses.
Grados: 14 %. Tinto.

Fresco, taninos marcados, caroso, jugoso, ligero amargor final, equilibrado. Decantar.



PERLARENA 2014

Vino de mesa
9,20 euros

Dominio del Bendito. 80 % tinta del Toro, 10% syrah y 10% verdejo.
Barrica: fermentado en barrica.

Grados: 13,5%. Rosado. Equilibrado, tiene un entrada fresca, buena acidez, tacto graso y profundidad.

TEXTO A. GARCÍA



GUERINDA 3 PARTES 2013

D.O. Navarra
5,20 euros

Bodegas Máximo Abete. 100 % garnacha tinta.
Barrica: 4 meses.
Grados: 14 %. Tinto.

Muy fresco, amable, goloso, fácil de beber, sedoso. Vino artesanal que sabe a naturaleza, fermentado en hormigón.



DORADO DE ALBERTO

D.O. Rueda
6,20 euros

Hijos de Alberto Gutiérrez. 100 % verdejo.
Barrica: crianza oxidativa.
Grados: 17%. Blanco.

Ataque potente, volumen, carácter untuoso y graso, final largo. Se recuperan modos ancestrales, actualizados a los gustos de hoy.



NISIA 2014

D.O. Rueda
9,25 euros

Bodegas Ordoñez. 100% verdejo.
Barrica: parcialmente 4 meses.
Grados: 13%. Blanco.

Equilibrado, buena acidez, untuoso, amargor, longitud. Se siente la cremosidad que envuelve el vino y el carácter más sedoso del verdejo.



VALDELANA CRIANZA 2012

D.O. CA. Rioja
6,75 euros

Bodegas Valdelana. 95% tempranillo y 5% mazuelo.
Barrica: 12 meses.
Grados: 13,5%. Tinto.

Buena complejidad, estructurado, con fuerza, taninos maduros. Un rioja de inspiración clásica que apunta potencia y personalidad.

Diversos factores construyen la personalidad de estos 10 caldos. Entre ellos, destaca la variedad de la uva, así como su posterior expresión una vez prensada y en barrica. También influyen características propias del viñedo, como su edad y el clima que lo rodea: en zonas muy cálidas, por ejemplo, la altura es garantía de acidez y frescura, debido a que la diferencia térmica entre el día y la noche hace que éste soporte mejor la insolación diurna y madure a su propio ritmo. Mientras, la influencia atlántica sobre una zona da como resultado vinos más ligeros, aunque la uva necesita más tiempo de maduración. En cambio, los vinos mediterráneos son menos ácidos y contienen una carga frutal superior.

Quique Dacosta

“Somos obreros de la cocina”

Autodidacta, revolucionario, introspectivo, creativo y, como buen valenciano de adopción, apasionado del arroz, sus cocciones y su polivalencia. Hablamos con el chef Quique Dacosta de este ingrediente fetiche suyo, de su restaurante Quique Dacosta (en Denia), galardonado con 3 Estrellas Michelin, de su trayectoria y del oficio de cocinero hoy.

¿Cuál es el próximo gran reto de nuestra gastronomía?

Hay tantos retos como cocineros... Estamos todos sumergidos en nuestro siguiente paso, con nuestra filosofía y nuestras pasiones. En Quique Dacosta Restaurante trabajamos para seguir creciendo, desarrollando una gastronomía evolutiva, llena de inquietudes, de retos y compromisos. Esto nos hace estar en constante innovación y aprendizaje. Ahora estamos en una nueva etapa en la que seguimos trabajando y haciendo disfrutar a nuestros clientes, que es lo más importante.

Su cocina apela a las emociones con el Mediterráneo y la botánica valenciana como valor añadido. Cuéntenos.

Es cierto que hay un pilar fundamental en mi cocina, que es mi entorno y su biodiversidad. Pero esta es una pata, importante, pero no única. Nuestros viajes están forjando en nosotros una perspectiva mayor de la gastronomía. Nuestras inquietudes están en continua evolución y crecimiento. Dejamos atrás tendencias técnico-conceptuales que pertenecen ya a otro tiempo y nos dedicamos a construir nuevos caminos que nos permitan expresarnos y a construir un nuevo estilo en nuestra carrera profesional.

Centrémonos en esa curiosidad de su restaurante que tanto ha dado que hablar: el mantel. Quique Dacosta, uno de los pocos restaurantes de Europa con estrella Michelin que desde 2011 no pone mantel en sus mesas. ¿Por qué?

Fuimos los primeros. Quitar los manteles fue tan solo un gesto dentro de todo lo que empezamos a proponer a partir del 2011, año en el que se inició nuestra particular revolución. Con ello quisimos revisar ese escenario donde suceden las cosas de cara al comensal: la mesa. Estamos centrados en indagar en la base cultural de nuestro entorno y detectamos claramente que el mantel hasta el suelo era un tic que habíamos adoptado de la alta cocina, del modelo de gran restaurante francés. Es algo que nos planteábamos hace años: ¿por qué mantel de lino blanco hasta el suelo? ¿Por qué hay que hacer esto? Pero sí, en cambio, las referencias las tomas de tu entorno y con él construyes tu realidad gastronómica, nos daremos cuenta de que no hay mesas con manteles de lino, sino mesas de mármol o madera maciza descubiertas. Y ahí quisimos ir.

Y aun así conseguisteis tres estrellas...

Fue significativo. Michelin nos transmitió



RESTAURANTE QUIQUE DACOSTA

que lo realmente importante no es si las mesas tienen mantel o no, o si esto está en tu entorno natural. Lo importante es la calidad del producto, la perfección en los puntos de cocción, la regularidad, lo creativo y auténtico que seas y que, además, tengas un local confortable.

¿Y cuando decidió que quería ser cocinero?

A los 14 años llegué a Denia y me dieron trabajo en una cocina fregando cazuelas, platos, vasos y tirando la basura. Así de romántico fue todo... Entre cazuelas pude flirtear con algún que otro producto que me dejaban tocar. Poco a poco, se despertó en mí la curiosidad entorno a la cocina. Pero nada comparado con el momento en que cayeron en mis manos dos libros: uno de George Blanc y otro de Michael Gerard. Encontré en ellos algo a lo que me gustaría dirigir mi vida. En cuanto me metí de lleno en la cocina, mis sueños se convirtieron en tener mi propio restaurante, ganarme la vida honradamente como cocinero y ser feliz con ello. Y sí, mis sueños en ese sentido se han cumplido. Luego están las listas y Michelin. Son reconocimientos muy valiosos que ayudan a dinamizar un negocio en una pequeña ciudad como Denia, que agradece estos impulsos.

¿Pero qué cuesta más, llegar a la cumbre o mantenerse en ella?

Lo que cuesta es saber quién eres y hacia dónde vas. No perder el rumbo ni la ilusión.

Hacer feliz al cliente cada día, trabajando a niveles de máxima excelencia, exigiéndote más a diario.

Hablemos del arroz, ese ingrediente icónico que le ha llevado a recorrer mundo.

Forma parte de mi ADN. Creé un libro con mis experiencias en torno al producto y lo que hay tras del mismo, en una comunidad autónoma donde el plato estrella es la paella y un largo repertorio de dogmas. Nos dirigimos a ellos con la frialdad científica que da fe a todo lo que sucede. También lo miramos con la rotundidad de la historia y el fervor de una pasión desmedida a la buena mesa. A partir de ahí, el mundo quiso saber de nosotros teniendo como hilo conductor el lenguaje del arroz. Hoy, tras diez años de su publicación, sigue siendo una valiosa herramienta de divulgación, de inspiración y aprendizaje para muchos.

¿Y su plato de arroz favorito?

La paella.

¿Cómo reaccionan los 'foodies' extranjeros ante una buena ración de ella?

Alucinan. Cuando ven además la pluralidad de paellas que hay a lo largo y ancho de la comunidad valenciana y lo diferentes que son a las que se cocinan por el mundo. Aquí descubren esa autenticidad.

¿Qué piensa del aura mediática de los cocineros actuales?

Considero que la sociedad se ve reflejada de cierta manera en los cocineros. Somos obreros de la cocina, trabajamos intensamente para defender nuestros negocios y lo hacemos de la mano de multitud de oficios. Hacemos felices a las personas en nuestros restaurantes, hablamos de nuestro país con orgullo, de nuestras costumbres y tradiciones, de productos que son nuestros emblemas y todo ello ha calado en la sociedad como algo humano con lo que damos a conocer por el mundo.

¿Por qué fascina tanto esta profesión?

Hemos abierto las cocinas al mundo y las hemos sacado de los sótanos. Ahora las personas quieren saber cómo se hacen las cosas, de dónde vienen y les gusta disfrutar no sólo en la mesa, sino que les apetece meterse en las cocinas y cocinar.

ICEBERG DE TOMATES SECOS

NIEVE HELADA DE TOMATE

400gr de agua de tomate
Sal
Azúcar
14gr de albúmina en polvo (ovoneve)

Triturar bien todos los ingredientes en una túrmix hasta que no queden grumos. Dejar hidratar en la nevera 15 minutos. Montar en un robot de cocina y, una vez montado, estirar sobre papel siliconado. Congelar.

TOMATES Y EL ACEITE DE TOMATE

2kg de tomates secos en aceite
2,3l de aceite de oliva virgen extra
0,4gr de manzanilla

Mezclar y envasar al vacío en dos bolsas grandes. Meter en un Roner a 60°C durante 1 hora. Dejar reposar 2 horas a temperatura ambiente y volcar todo en un escurridor de pasta sobre una cazuela baja. Mover con suavidad apretando ligeramente y escurrir. Colar el aceite con un colador chino fino apretando para que pasen los posos líquidos y desechar el hollejo. Obtener por un lado el aceite con el poso líquido y, por otro, los tomates.

MIGAS DE TOMATE

115gr de polvo de tomate seco
45ml de aceite de tomate

Mezclar poco a poco con guantes y saltar suavemente moviendo con un tenedor. Reservar en un lugar seco y fresco.

¿Y esto también conlleva ser tan activo en las redes sociales como lo es usted o participar en programas televisivos, entre otros?

Las redes sociales hacen más cercana la comunicación con los que nos siguen, con nuestros clientes y con los que quieren conocernos. La televisión es un canal que siempre me ha interesado. Es una ventana a las casas que, en muchos, casos tiene una fortaleza divulgativa tremenda.

TEXTO L. ZIEGER

Las redes sociales hacen más cercana la comunicación con los que nos siguen



“MOUSSENA” DE TOMATE SECO

PASO 1: PURÉ DE TOMATE

900gr de tomates semi secos
400gr de agua mineral

Mezclar y envasar al vacío en dos bolsas grandes. Meter en un Roner a 60°C durante 1 hora. Dejar reposar 2 horas a temperatura ambiente y volcar todo en un escurridor de pasta sobre una cazuela baja. Mover con suavidad apretando ligeramente y escurrir. Colar el aceite con un colador chino fino apretando para que pasen los posos líquidos y desechar el hollejo. Obtener por un lado el aceite con el poso líquido y, por otro, los tomates.

PASO 2: EMULSIÓN

375gr de puré de tomate (elaboración anterior)
1,5 hojas de gelatina
125gr de yema pasteurizada
Sal
Azúcar
Pimienta negra molida
425ml de aceite de tomate

Calentar una pequeña parte del puré de tomate y fundir la gelatina. Mezclar la yema con el puré de tomate restante y la gelatina fundida en el puré. Poner a punto de sal, azúcar y pimienta negra molida. Meter en un robot de cocina a velocidad 5 durante 30 segundos e ir añadiendo en un hilo fino el aceite hasta conseguir una emulsión estable. Pasar a un sifón grande. Introducir 3 cargas y reservar en la nevera a 3°C.



“Un buen sabor a marisco es clave para mi paella”.

Manu Martín, Labarra Barna

El Caldo para Paella Knorr aporta sabor a marisco y color ideal a un precio asequible.



Descubre nuestros productos en [ufs.com](https://www.ufs.com)



RECETARIO

Precio por ración

Primeros

Montaditos de champiñones con mayonesa al gratén **0,53 €**
Hellmann's Original

Alcachofas con vegetales y pollo al queso gratinado **1,13 €**
Krona Original

Pimientos del piquillo rellenos de atún y marisco **0,65 €**
Hellmann's Suprême

Segundos

Paella mixta **1,08 €**
Caldo para Paella Knorr

Fideuá caldosa mixta **1,11 €**
Caldo Líquido Concentrado de Marisco Knorr

Arroz salvaje con frutos secos **0,47 €**
Caldo Sazonador de Pollo Knorr

Postres

Natillas con pan de especias **0,25 €**
Natillas Carte D'Or

Triángulos crujientes de maíz con chocolate blanco aireado **0,52 €**
Mousse de Chocolate Blanco Carte D'Or

Mini cheesecake cremoso con frutos rojos **1,41 €**
Cheesecake Carte D'Or

Coste menú de 3 a 6 €

RECETA FÁCIL Y SABROSA



Desde 0,53 € por ración

MONTADITOS DE CHAMPIÑONES CON MAYONESA AL GRATÉN

(para 10 pers.)



MAYONESA ORIGINAL HELLMANN'S
La gran mayonesa de los profesionales. Mejor sabor* y líder de ventas**. Destaca por su gran textura y versatilidad.

Pan baguette	1 u.
Mayonesa Hellmann's Original	300 ml.
Pimientos rojos	500 gr.
Champiñones frescos enteros	1 kg.
Sal	

1. Limpiar los champiñones y lavar. Reservar.
2. Asar los pimientos rojos y cortar en tiras.
3. Cortar el pan en rodajas de 1cm; tostar si gusta; untar con un poco de Mayonesa Hellmann's Original; colocar un champiñón y, encima, una tira de pimiento rojo. Gratinar con el resto de Hellmann's Original.

PRIMEROS INVERNALES

Apuesta por opciones variadas, saludables, más ligeras y de temporada para los primeros puestos de tu menú. Tu cliente te lo agradecerá.



Desde 1,13 € por ración

ALCACHOFAS CON VEGETALES Y POLLO AL QUESO GRATINADO

(para 10 pers.)



KRONA ORIGINAL KRONA
Máxima estabilidad tanto para montar como para cocinar. Sin gluten.

Krona Original	300 ml.
Rúcula	100 gr.
Tomate	300 gr.
Alcachofas	3 kg.
Pechuga de pollo a dados	1 kg.
Queso del casar	300 ml.
Sal y pimienta	

1. Cortar el pollo a dados, saltear y salpimentar.
2. Limpiar las alcachofas y vaciarlas, rellenar con la rúcula, el tomate en brunoise y el pollo salteado.
3. Mezclar la Krona Original con el queso del casar y sazonar. Semi-montar.
4. Napar las alcachofas con la salsa de queso y gratinar.



Desde 0,65 € por ración

PIMIENTOS DEL PIQUILLO RELLENOS DE ATÚN Y MARISCO

(para 10 pers.)



MAYONESA SUPRÊME HELLMANN'S
Aporta volumen y gran consistencia a tus platos.

Pimientos del piquillo	1 kg.
Colas de gambas (cocidas)	200 gr.
Mayonesa Hellmann's Suprême	250 ml.
Krona Culinaria	100 ml.
Cebollino	10 gr.
Atún	200 gr.
Azúcar	10 gr.
Sal	

1. Realizar el relleno de los pimientos picando las colas de gamba y desmenuzando el atún bien fino, mezclando con Hellmann's Suprême. Introducir en una manga y rellenar los pimientos.
2. Para elaborar la salsa del fondo. Triturar unos pimientos con Krona Culinaria y aderezar con sal y una pizca de azúcar. Esta salsa se puede servir caliente o también fría.

SEGUNDOS

SABOR A MAR

Recetas que saben a lo mejor del mar. Para disfrutar de algunos de los productos estrella de nuestra gastronomía.

Desde 1,08 € por ración



PAELLA

MIXTA

(para 10 pers.)



CALDO PARA PAELLA KNORR

Aporta sabor a marisco y color ideal.

Arroz bomba	700 gr.
Ajo	60 gr.
Pimiento	150 gr.
Tomate	200 ud.
Calamar	350 gr.
Gambón rojo	300 gr.
Caldo para Paella Knorr	60 gr.
Pollo troceado	400 gr.
Guisantes	120 gr.
Agua	2 l.
Aceite de oliva	180 ml.
Laurel	5 gr.
Almeja japónica	500 gr.
Mejillón	300 gr.
Magro de cerdo	200 gr.

1. Realizar el sofrito de las verduras troceadas, los guisantes y el laurel.
2. Añadir las proteínas y saltar incorporando el arroz. Añadir agua, una cucharada colmada de Caldo para Paella Knorr y remover.
3. Añadir el resto de marisco y almejas.
4. Salpimentar y hornear 16 minutos a 160°C.
5. Dejar reposar 5 minutos.

Desde 1,11 € por ración



FIDEUÁ CALDOSA

MIXTA

(para 10 pers.)



CALDO LÍQUIDO CONCENTRADO DE MARISCO KNORR

Perfecto para rectificar el sabor a marisco de tus platos. Sin gluten.

Fideos n.4	750 gr.
Pimiento	120 gr.
Tomate	150 gr.
Calamar	500 gr.
Gambón rojo	200 gr.
Caldo para Paella Knorr	60 gr.
Pollo troceado	300 gr.
Caldo de Pollo Knorr	20 gr.
Agua	2 l.
Aceite de oliva	100 ml.
Laurel	5 gr.
Almeja Japónica	200 gr.
Ajo	10 gr.
Cebolla	350 gr.
Caldo Líquido Concentrado de Marisco Knorr	40 ml.

1. Preparar el sofrito con las verduras.
2. Sofreír la proteína e incorporar el laurel.
3. Añadir los fideos y rehogar 1 minuto.
4. Añadir agua, una cucharada colmada de Caldo para Paella Knorr, el Caldo de Pollo Knorr y remover.
5. Después de 7 minutos, incorporar las almejas y los gambones.
6. Rectificar la cantidad de caldo final con el Caldo Líquido Concentrado de Marisco Knorr.

SEGUNDOS

SABOR CAMPESTRE

Un plato de arroz sorprendente y sano, con sabor a campo, para dar el toque de la temporada a tu carta y conquistar el paladar de tus comensales.

Desde 0,47 € por ración



ARROZ SALVAJE

CON FRUTOS SECOS

(para 10 pers.)



CALDO DE POLLO KNORR

Realza el sabor a pollo con el Caldo de Pollo elegido N° 1 por los Chefs.

Arroz salvaje	1 kg.
Ajo	10 gr.
Cebollas	120 gr.
Tomates	150 gr.
Pimientos verdes	100 gr.
Anacardos	80 gr.
Cacahuets	60 gr.
Piñones	50 gr.
Alcachofas	120 gr.
Aceite de oliva	50 gr.
Caldo Sazonador de Pollo Knorr	20 gr.

1. En una cazuela, elaborar un sofrito con el ajo, la cebolla, el tomate, el pimiento y las alcachofas.
2. Sofreír los frutos secos junto con el arroz y el Caldo Sazonador de Pollo Knorr.
3. Añadir el agua y dejar cocer 20 minutos.
4. Dejar reposar.

POSTRES
IRRESISTIBLES

A algunos postres los comensales no pueden resistirse. Recetas de moda, sabores y texturas muy identificables y presentaciones que entran por la vista son las clave del éxito.

Desde 0,25 € por ración



NATILLAS
CON PAN DE ESPECIAS

(para 10 pers.)



NATILLAS
CARTE D'OR

Disolución instantánea en frío. Rápida preparación y aspecto casero.

Natillas Carte D'Or (acabada)	1	l.
Pan de especias	100	gr.
Fresas	1	gr.
Leche	500	ml.

1. Elaborar las Natillas Carte D'Or según las indicaciones del envase, y dejar enfriar.
2. Poner como base en un plato.
3. Colocar el pan de especias encima de las natillas.
4. Decorar con una fresa, para dar un toque de color.

Desde 0,52 € por ración



TRIÁNGULOS CRUJIENTES
DE MAÍZ CON CHOCOLATE BLANCO AIREADO

(para 10 pers.)



MOUSSE
DE CHOCOLATE BLANCO
CARTE D'OR

Fácil, rápido de preparar y personalizar.

Tortilla mexicana	10	u.
Mousse de Chocolate Blanco	266	gr.
Sirope de Chocolate Carte D'Or	100	ml.
Azúcar lustre	20	gr.
Leche	500	ml.

1. Montar la Mousse de Chocolate Blanco con trocitos de Chocolate Carte D'Or, según las indicaciones del envase (con la leche bien fría, 2-4°C).
2. En el momento del pase, colocar los triángulos de nachos dulces espolvoreados con azúcar lustre alrededor del plato y un rosotón de Mousse de Chocolate Blanco Carte D'Or en el centro del plato.
3. Salsear abundantemente encima de los nachos dulces con Sirope de Chocolate Carte D'Or.

Desde 1,41 € por ración



MINI CHEESECAKE
CREMOSO CON FRUTOS ROJOS

(para 10 pers.)

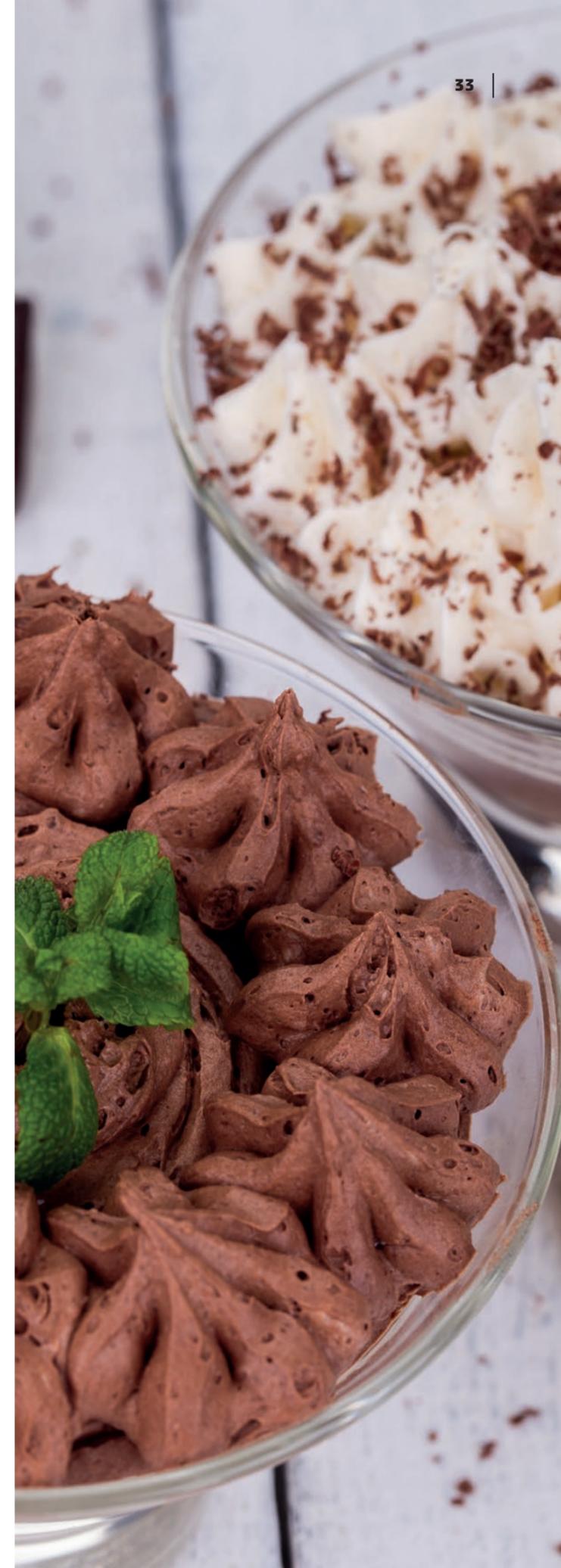


CHEESECAKE
CARTE D'OR

Solución completa: incluye base para galleta. El sabor de la auténtica New York Cheesecake.

Cheesecake Carte D'Or	541	gr.
Krona Original	800	ml.
Frutos Rojos Carte D'Or	150	ml.
Leche	200	ml.
Grosellas	50	gr.
Margarina	50	gr.
Agua	25	ml.

1. Mezclar la base de galletas con el agua y la margarina, repartir en los moldes individuales untados con un poco de margarina.
2. Elaborar el Cheesecake de Carte D'Or con la Krona Original y la leche, remover hasta conseguir una masa homogénea.
3. Repartir la mezcla anterior en los moldes de silicona individuales y hornear a 100°C durante 100 min con los moldes tapados, para así conseguir que no se dore y quede cremosa. Enfriar y desmoldar.
4. Presentar con Frutos Rojos Carte D'Or.



NUEVAS ESTRELLAS



Hace tan sólo unas semanas la prestigiosa Guía Michelin entregó sus Estrellas para la edición Española 2016. Una de las recompensas más esperadas por chefs y hosteleros, porque de ella depende en buena parte su tirón. Este año nuestro país cuenta con 174 locales premiados (que entre todos suman un total de 210 Estrellas), incluyendo hasta 16 novedades: 2 como segunda estrella y 14 como primera.

★ ESTRELLA MICHELIN

SOLLO

Cocina fluvial
Avenida del Higuero, 48. Fuengirola, Málaga
www.sollo.es



CASA MARCELO

Fusión gallega, latina, japonesa y oriental.
Rúa Hortas, 1. Santiago de Compostela
www.casamarcelo.net



HOJA SANTA

Alta cocina popular mexicana.
Av. de Mistral, 54. Barcelona
www.hojasanta.es



KABUKI RAW

Encuentro de las culturas japonesa y mediterránea.
Carretera de Casares, Km 2. Casares, Málaga
www.fincacortesin.com



DISFRUTAR

Alta gastronomía de vanguardia.
Villarroel, 163. Barcelona
www.disfrutarbarcelona.com



TRESMACARRONS

Cocina catalana contemporánea.
Av. Maresme, 21. El Masnou, Barcelona
www.tresmacarrons.com



EMPORIUM

La tradición empordanesa en la mesa.
Calle Santa Clara, 31. Castelló d'Empúries, Girona
www.emporiumhotel.com



EL RINCÓN DE JUAN CARLOS

Creaciones con mezcla de dulce y salado.
Pje Jacaranda, 2. Santiago del Teide, Tenerife
www.elrinconjuancarlos.es



ZARATE

Pescados tratados con delicadeza.
Licenciado Poza, 65. Bilbao
www.zaratejatetxea.com



EL ERMITAÑO

Gastronomía tradicional unida a la creatividad.
Ctra Benavente-León, Km.1, 2. Benavente, Zamora
www.elermitano.com



MESSINA

Carta de temporada con matices internacionales.
Av. Severo Ochoa, 12. Marbella
www.restaurantemessina.com



LÚA

Menú degustación con recetas de vanguardia.
Paseo de Eduardo Dato, 5. Madrid
www.restaurantelua.com



VILLENA

Cocina de autor con base tradicional.
Plaza Capuchinos, Segovia
www.restaurante-villena.com



ACANTHUM

Puesta al día con técnica del recetario onubense.
Calle San Salvador, 17. Huelva
www.acanthum.com



La edición española de la prestigiosa Guía Roja 2016 suma un total de 18 nuevas estrellas repartidas por todo el territorio.

★★ ESTRELLAS MICHELIN

COQUE

Arqueología del sabor y exploración de la gastronomía de territorio.
Francisco Encinas, 8. Humanes, Madrid
www.restaurantecoque.com



ZARANDA

Una cocina de autor que saca partido a la calidad de los productos locales.
Castell Son Claret, Carretera Capdella-Galilea, Km 1.7. Calvià, Mallorca
www.zaranda.es





Cocinero alrededor del mundo; 40 años de trayectoria; triestrellado; apasionado e inquieto; soñador; donostiara; vasco de los pies a la cabeza; mago entre fogones.

Martín Berasategui



“El mundo está en manos de los jóvenes”

¿Cómo se permanece en la cima?

Nunca he perdido la pasión por mi oficio, es más, incluso se ha intensificado con el tiempo. Siempre me ha divertido muchísimo y no he perdido la curiosidad.

¿Cómo conserva la inspiración?

Me fascina mi trabajo y quiero seguir haciendo lo que he hecho siempre: cocinar y hacer felices a mis comensales y a mi gente. En infinidad de cosas y lugares, pero sobre todo en mi tierra.

Para crear nuevos platos...

Primero hay que buscar la idea, luego los detalles y elementos necesarios para vestirla... Todo ello acaba resumido en un plato creativo que tiene que ser perfecto. Cuando lo logras, te parece increíble, pero si lo metes en la boca y no funciona, toca volver a empezar. La creación de un plato depende de la exigencia que le pongas, y yo se la pongo en cantidades enormes. La improvisación no tiene mucha cabida en mis fogones y está reñida con la cocina de altos vuelos. Todo ha de estar medido y decidido, aunque, a veces, la improvisación provoca agradables accidentes.

¿Cuál diría que es su aportación respecto a otras cocinas?

Creo que he sido un motor de empuje importante para nuevas generaciones. Al menos es lo que he intentado: transmitir todo lo que sé

gastronómicamente hablando. También he procurado llevar la exactitud y perfección que requiere el mundo de la pastelería y la heladería al mundo de lo salado. En mi restaurante, ningún plato sale a la carta si no puede superar unos cánones de calidad que exijo y que pueden ser reproducibles todos con la misma perfección.

¿Le queda camino que recorrer a la cocina española?

¿Quién podría negar el liderazgo actual de los cocineros españoles? ¡Es el más significativo que hemos tenido en la historia! Pero esto no ha hecho más que empezar...

¿Cómo percibe la siguiente generación de cocineros?

El mundo siempre está en manos de los jóvenes y veo una cantera con un futuro brillante, que tiene las mismas ganas o incluso más que nosotros a su edad. Sólo hace falta que nosotros les enseñemos todo lo que sabemos. Yo apporto la veteranía, el viaje, la experiencia; ellos la ilusión. Son dos fuerzas diferentes que se complementan.

¿Qué opina de los nuevos estrellados?

Me alegro infinitamente de las Estrellas de mis compañeros de profesión. Ojalá que sigamos sumando... es bueno para todos.

TEXTO LAIA ZIEGER

Del 25 al 27 de enero el Palacio Municipal de Congresos de la capital española volvió a acoger la gran cita internacional de la gastronomía: Madrid Fusión. Bajo el título ‘El lenguaje de la post vanguardia. Nuevos caminos de la creatividad’, descubrió al público las últimas tendencias culinarias a base de experiencias y aprendizajes. Más de 100 cocineros de 14 países diferentes se reunieron para la ocasión.

6 claves de MADRID FUSIÓN 2016

1. PONENTES

Albert Adrià, Andoni Luis Aduriz, José Andrés, Sergi Arola, Elena Arzak, Martín Berasategui, Javi Estévez, Dani García, Ángel León y David Muñoz, son solo algunos de los más de 100 chefs que participaron como ponentes. Este último sorprendió al asegurar: “Las puestas en escena en un plato son fantásticas, pero cuando nos empeñamos en que el show vaya por delante del plato emborronamos el mensaje”.

2. PREMIO #COCINEROREVELACIÓN

El chef Javi Estévez fue nombrado Cocinero Revelación 2016. Con este motivo, afirmó: “Estoy muy contento por el reconocimiento, no solo a mi persona, sino a la casquería, una especialidad tradicional madrileña a la que se le presta poca atención, pero tiene mucho que ofrecer. Quiero recuperar una tradición que parece en extinción, y reinventarla”.

3. CULTURA DEL REAPROVECHAMIENTO

Dani García debatió sobre técnicas inteligentes para conseguir un ‘Aprovechamiento Extremo’, y combinó los menús de sus dos restaurantes, el gastronómico y el bistró Bibó.

4. ENOFUSIÓN

Un espacio de experiencias en torno al vino donde se pudo catar, entre otros, vinos de Uruguay y Chile, una selección de los Grands Crus Classés de Burdeos, así como gamachas nacionales e internacionales.

5. TAILANDIA Y COLOMBIA, INVITADOS DE EXCEPCIÓN

La XIVª edición de esta cumbre internacional de gastronomía dio especial protagonismo a Tailandia, país invitado que deleitó los asistentes con su chispeante cocina del sudeste asiático. Por otra parte, la variada gastronomía de Colombia, fruto del cruce de culturas que ha vivido este país Latinoamericano, fue la cocina invitada.

6. DULCE FUSIÓN

Homenaje a la revolución golosa. Chefs y maestros pasteleros consagrados, así como jóvenes promesas, explicaron las últimas técnicas e innovaciones en repostería, panadería y confitería. La cita gastronómica incluso dedicó un espacio propio a los postres.





IDEAS PARA... PREPARACIÓN INTELIGENTE

Teniendo en cuenta el tiempo y coste de algunas de las tareas clave que surgen en el día a día, Unilever Food Solutions ha establecido una serie de soluciones para mejorar la eficiencia en la cocina.

Tarea	Horas diarias de dedicación, incluida la puesta en escena	Responsable	Coste por tarea (€)	Coste por hora (€)	Alternativa
Platos	3 horas	Subchef de cocina	60	20	Dejar que los elabore el ayudante. El subchef añadirá el toque final.
Carnes asadas / parrilla	4 horas	Chef de partida	60	15	Bañar con el caldo para potenciar los sabores, a la vez que reducir el tiempo de cocción.
Caldo	3 horas	Chef de partida	45	15	Utilizar un caldo preparado, elaborado por los ayudantes y controlado por el chef de partida.
Sopas	2 horas	Chef de partida	30	15	Utilizar una base preparada elaborada por los ayudantes del chef y acabada por el chef de partida.
Ensaladas	3 horas	Chef de partida	45	15	Utilizar hojas y aliños de ensalada preparados.
Entrantes	2 horas	Chef de partida	30	15	Utilizar aliños y salsas preparadas para más consistencia. Usar una fotografía de cada plato como referencia, para que el ayudante pueda recrearla.
Salsas	4 horas	Chef de partida	60	15	Utilizar bases de salsas preparadas para añadir sabores de firma y usar hierbas y especias preparadas ahorrará tiempo.
Postres	3 horas	Chef de pastelería / chef de partida	45	15	Ahorrar tiempo con ingredientes preparados: helados, bases de postre y coulis de frutas.
Inventario y rotación	2 horas	Ayudante de cocina	10	5	Colocar su uso por fechas en la parte delantera de cada producto, para más visibilidad.
Compras	1 hora	Chef de partida	15	15	Usar el último pedido como base y solicitar a los proveedores que miren lo que normalmente se compra y presenten nuevos productos de calidad.
Limpieza de ollas	4 horas	Ayudante de cocina	20	5	Invertir en un lavaplatos.
Carne / Pescado	3 horas	Chef de partida	45	15	Solicitar a su proveedor de carnes y pescados que prepare sus cortes más habituales.
Verduras	4 horas	Chef de partida	60	15	Enseñar a un ayudante a lavar y pelar verduras. El chef cocinará y dará el toque final.

4ª edición DEL AULA HOTELERA

Un año más, el objetivo de esta formación ha sido impulsar el aprendizaje continuado de los profesionales hoteleros, mediante cursos de contenidos específicos.



Realizado en 7 localidades españolas y de Andorra, se han llevado a cabo diversos seminarios de grupos reducidos –de 25 a 30 participantes, todos ellos profesionales de hoteles. Unas sesiones en las que se han ofrecido diferentes herramientas y conocimientos del negocio. El programa se ha basado en los siguientes tres bloques temáticos de gran relevancia para los profesionales del sector:

¿CUÁL ES LA FORMA MÁS ÓPTIMA DE GESTIONAR TU COCINA?

1 Operativa en cocina

Claves de la operativa en cocina, aplicando las nuevas tecnologías y las ventajas que ofrece la planificación.

2 Gestión del buffet

El flujo, la rentabilidad y la tendencia del Gastrobuffet, así como las zonas clave en las que aplicarlo.

3 Alergias alimentarias

Nueva normativa sobre la presencia de alérgenos e información sobre las contaminaciones cruzadas.

Por otra parte, este año el programa formativo del Aula de Cocina Hotelera ha complementado sus seminarios con una formación adicional en la estrategia de marketing digital con las siguientes áreas temáticas:

- El nuevo entorno digital para los negocios
- El plan de marketing digital para un hotel
- Herramientas de marketing digital
- Nuevas herramientas del medio digital
- Cómo medir tus resultados ROI

¡Dado el éxito de las ediciones anteriores, a lo largo del 2016 se volverá a celebrar una nueva edición del Aula de Cocina Hotelera!



Mientras otras bajan, **KRONA AGUANTA**

OTRAS



FIRMEZA IMBATIBLE



Síguenos en:



fb.com/unileverfoodsolutions.es



[@UnileverFS_es](https://twitter.com/UnileverFS_es)



[UFSSpain](https://www.youtube.com/UFSSpain)

www.unileverfoodsolutions.es

902 101 543