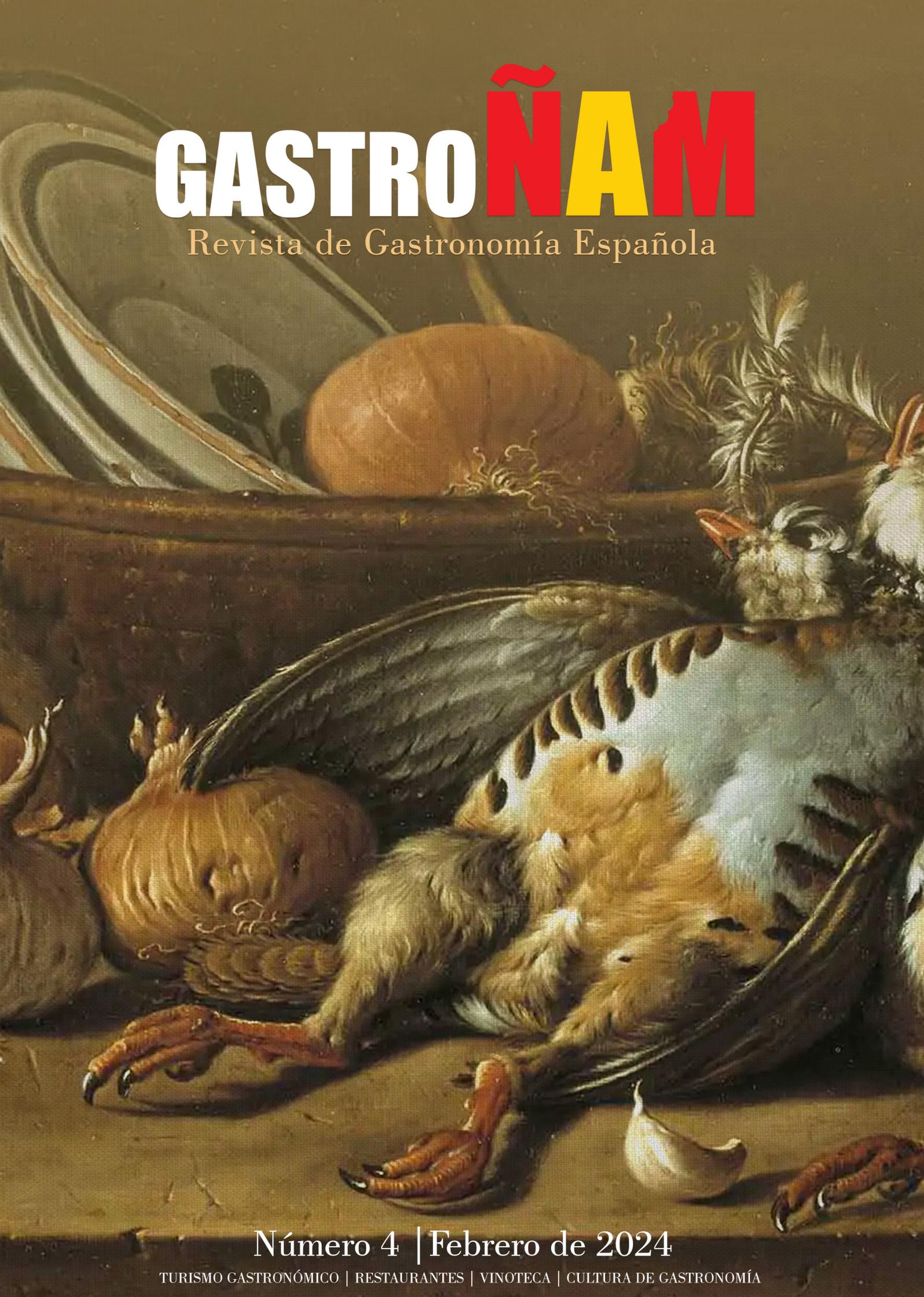


GASTROÑAM

Revista de Gastronomía Española



Número 4 | Febrero de 2024

TURISMO GASTRONÓMICO | RESTAURANTES | VINOTECA | CULTURA DE GASTRONOMÍA

Sumario



05

NAVAJAS AL AJILLO
Les histories de Fidalgo

08

Crónica de una visita al
RESTAURANTE LERA GASTRO

14

Tres Vinos para la Cuesta de Enero
GUÍA DE VINOS

21

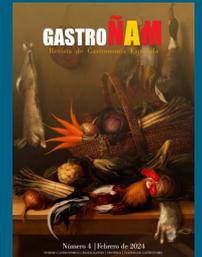
RESTAURANTE LA LLORERÍA
Crítica Gastronómica

El equipo GastroÑam

*Carlos Hernanz
 Antón Bernabeu
 Gastrocharly
 El Catacaldos
 Andalusian Flavour
 José Antonio Fidalgo*



www.gastroñam.es |



*Revista GastroÑAM n°4
 de Febrero de 2024*

*Todos los derechos reservados de la marca.
 Las opiniones expresadas en esta publicación
 no son necesariamente del propietario
 o editor. Ni el propietario ni el editor se
 hacen responsables de cualquier cambio
 relacionado con el precio de menús o platos
 que aparezcan en la publicación.*

*Las fotografías e imágenes están bajo
 licencia de Creative Commons
 Las imágenes que requieran atribución, se
 mencionaran en los contenidos
 de la revista.*

Diseño y maquetación COCO Diseño integral



24



27



30



25

24

GAZPACHUELO
Receta

30

ALMOJÁBANA
Recetas Ancestrales

27

La Caza 1º parte
EL RELATO

32

BODEGAS TENDAL
Una historia para contar

Vamos pasando de la “infancia” a la “adolescencia” de nuestra revista, que afortunadamente no sufre los problemas típicos de esa época de la vida y sigue progresando adecuadamente. En este número, estrenamos dos nuevas secciones Las historias de Fidalgo, con un nuevo colaborador Jose Antonio Fidalgo Sánchez, que aporta madurez a los contenidos, con su enorme experiencia y más de ochenta libros editados a sus espaldas, muchos de ellos sobre gastronomía, especialmente de recetas asturianas. Espero que disfrutéis su estilo literario fresco y familiar.

La otra nueva sección es sobre Recetas Ancestrales, para la que, de momento, contamos con la colaboración del gastrohistoriador Fernando Rueda y Charo Carmona, Jefa de Cocina y propietaria del restaurante Arte de Cozina, de Antequera. Podréis reproducir en vuestros hogares, platos que se fueron cocinando a lo largo de la Historia, desde el medievo, hasta la Edad Contemporánea. Nuestro experto catador os recomendará vinos de calidad a precios muy asequibles, para superar los excesos en los dispendios navideños.

Nos adentramos también en el interesante mundo de la caza con una Crónica de una visita a Lera, considerado el mejor restaurante de pla-

tos con carne de caza de España y el primer artículo de una serie de tres, en el que os podréis iniciar en su Historia. Completa este número la crítica de un restaurante novedad en Madrid, los orígenes y receta del emblemático plato del gazpachuelo y el emotivo relato del drama que sufrió una bodega palmera y como consiguió remontar en pocos meses.

Mientras escribo estas líneas se clausura la XXII edición de Madrid Fusión, quizás la más completa, la de mayor afluencia y la más multinacional de las celebradas hasta el momento. Interesantes ponencias donde destaca la creciente preocupación de los cocineros por los productos de kilómetro cero y la sostenibilidad, la adaptación de innovación a la alta cocina e incluso la incorporación de la Inteligencia Artificial a la cocina y a la gestión de los restaurantes.

También finalizó recientemente FITUR 2024 donde tomaron protagonismo los productos y cocinas de todas las regiones de España.

Y sin más dilación, espero que disfrutéis este nuevo número de GastroÑam.

Carlos Hernanz
Coordinador





*José Antonio
Fidalgo Sánchez*

LES HISTORIES de Fidalgo

Una de Navajas al ajillo

Verán ustedes. Yo, en esto del “marisqueo”, soy persona de gustos sencillos, por no decir “de a lo probe”.

Esto de “a lo probe” lo situó en los años de cuando los oricios se vendían a “3 duros” (15 pesetas = 0,1 €) la palada y los berberechos se ofertaban a 100 pesetas (0,60 €) una fuente grande a rebosar.

Así que yo, de rapaz, me acostumbre al sabor de los oricios, de les llampares y de los bigaros del pedreru de San Juan (Colunga), de los cangrejos del Pozu los Cambaros (ría de Colunga) y de les cáscaras (berberechos) de la ría de Seloriu (Villaviciosa).

Llangostes, llobicantes, centollos y andariques ...oí decir que eran muy sabrosos.



Marisqueo en la ría. EyeEm

“Lo de las navajas (molusco) lo descubrí, ya “de mayor”, en mis visitas a Sanxenxo[...].”



Playa Silgar, Sanxenxo. iStock

Lo de las navajas (molusco) lo descubrí, ya “de mayor”, en mis visitas a Sanxenxo y vino a engrosar mi listado de preferencias que sigue este orden: oricios, berberechos, navajas, cangrejos, bigaros y llámpares.

¿Y qué son las NAVAJAS?

Este nombre engloba una serie de moluscos bivalvos, de concha alargada y forma rectangular. habitantes de la zona litoral del Atlántico, y de carne muy sabrosa “a mar”.

Los estudiosos distinguen tres variedades importantes :

- Las NAVAJAS propiamente dichas, de concha ligeramente curvada y tamaño entre 8 y 15 cm. Su carne es muy fina de sabor.

- LONGUEIRON o LLONGUEIRON, de concha recta y tamaño entre 19 y 22 cm. Su carne, muy sabrosa, es más prieta que la de las navajas.



Navajas frescas. Fidalgo



Navajas al ajillo. Encar

- LOS MUERGOS, muy similares a las navajas pero de menor tamaño que ellas. Su sabor es exquisito. Gozan de gran fama los de la comarca cántabra de Pedreña.

Entre paréntesis y “a lo callandin” les diré que ya se ofertan “navajas de cultivo en piscifactorias”, muchas de ellas procedentes de Holanda. Comprueben ese detalle cuando hagan la compra y no las confundan con las originarias de Galicia o de Huelva. Bueno , bueno , bueno...

¿Y cómo se preparan esos “animalinos”.?

Les cuento mis preferencias: al ajillo, en salsa verde y a la plancha.

Yo las preparé AL AJILLO.

- Compre 1/2 kg de navajas y las tuve en un baño de agua con sal (1 cucharada de sal por cada litro de agua) durante unas dos horas para que eliminaran arenilla.

- En una cazuela con aceite , a fuego moderado, doré 4 dientes de ajo cortados en menuditos y una guindilla de Cayena.

- Inmediatamente agregué las navajas y un chorro de vino blanco. Aumenté el fuego y una vez que abrieron sus valvas, las retiré y serví bañadas en su salsa.

¡Increíblemente deliciosas! No sabía si estaba en Colunga o en Sanxenxo disfrutando con Elías y Teresa, en su Mesón do Abariño (ya cerrado por jubilación) de tan exquisito manjar.

¡¡GALICIA Y EL APÓSTOL HACEN MILAGROS!! PRELUDIO.



Carlos H.

CRÓNICA DE UNA VISITA al Restaurante Lera

Esos Campos de Castilla que tan bien describió Antonio Machado... Conduciendo por remotas y bacheadas carreteras en Tierra de Campos, mientras nos acercábamos a Castroverde, localidad a la que puso en el mapa y extrajo de la España vaciada, nuestro restaurante de destino.

No dejábamos de ver las singulares siluetas de una arquitectura única, la de los palomares. Algunos seguramente con tres o cuatro siglos, otros nuevos para proveer la demanda de pichones, creada por nuestro anfitrión, Luis Lera.

Nada más conocer al cocinero, lo describiría como noble, auténtico y buena "hente"... Cecilio Lera, padre de Luis, fundó el Mesón del Labrador en 1973, que luego evolucionó en el restaurante Lera, de cuyos fogones se hizo cargo Luis en 2008.

Siendo muy joven, Luis se formó en la escuela de Luis Irizar. Más tarde trabajó con Arzak, con Berasategui y en Zuberoa, donde la cocina de los hermanos Arbelaitz fue, quizás, la que más le marcó. Más tarde pasó por Viridiana, donde Abraham García también le dejó huella. Casualmente, he tenido la oportunidad de ver un vídeo de hace 25 años, donde Cecilio enseña a cocinar su famoso pichón en una televisión local. Una reliquia histórica. El resto del personal es muy amable y están bien formados, destacando a Ramón Blas como Jefe de Sala y a Adrián Ferrón como excelente joven sumiller.

“Casualmente, he tenido la oportunidad de ver un vídeo de hace 25 años, donde Cecilio enseña a cocinar su famoso pichón en una televisión local. Una reliquia histórica.”



Palomares

SU COCINA

Los rasgos que destacaría en Lera son:

ORIGINAL Y ÚNICO

Presencia de caza, en la mayor parte del menú. Hay restaurantes especializados, pero muy lejos de este nivel.

APROVECHAMIENTO

Tanto en la carne de caza, degustando las más extrañas partes de su anatomía, incluso las entrañas en varios de sus platos, como en las verduras, donde también se aprovecha casi todo.

Como anécdota, pedimos un sólo pichón, ya que era cena y nos habíamos decidido por el

menú corto, añadiendo varios de sus platos emblemáticos. Luis lo partió con delicadeza y en un apartito, nos colocó medio corazón en cada plato. Pocos gramos, pero había que probarlo, mereció la pena.

AUTÉNTICO

La autenticidad está presente en el Chef, en el resto del personal y en cada uno de los platos del menú.

SOSTENIBLE

Dudo mucho que haya elementos e ingredientes de los platos que lleguen o puedan llegar desde una distancia mayor de 30 Km de la ubicación del restaurante.

GENEROSO

La generosidad está presente en todos y cada uno de los platos, donde en ninguno falta la proteína. Esto no es habitual en la actualidad, en los restaurantes de alta cocina.

PROFUNDO E INTENSO

La intensidad de algunas salsas y sabores de carne, siempre sin saturar el paladar, no son habituales.

Por lo que nos contaron, el sabor intenso y densidad de las carnes, no se debe a potenciadores o aglutinantes artificiales, sino que son producto de la paciencia y el chup chup, como en la cocina de nuestras abuelas.

PRIMITIVO

En lo básico y fundamental, pero sin prescindir de la excelencia del trabajo en cocina. Una gran parte del menú, no debe distar mucho de lo que comían los habitantes de la zona hace cientos, incluso miles de años.

SORPRENDENTE Y EXCELSO

Tres elementos de tres platos, perdurarán en mi memoria, ya que jamás los he disfrutado más en ningún restaurante: Unas simples chips y dos pechugas, una de perdiz y otra de pato azulón. Luego abundaré en el tema.

EQUILIBRADO

El juego de reducciones intensas, ácidos, grasas y verduras, conforman unos platos muy equilibrados. Quizás sobra algo de sazón en dos o tres y para mí el exceso de pimienta, en uno.

SANO

Ese equilibrio, especialmente en la poca presencia de grasas y la de ácidos en las maceraciones y escabeches, hacen un menú sano y digestivo, pese a la ingesta de catorce platos. Durante toda la cena recibí consejos de no comer pan y no comerme todas las chips. Misión imposible.

Terminé mis catorce platos, con una buena cantidad de pan de torta de aceite, acompañado de pan candeal y una buena ración de chips (y porque no tenían el pan “estrella” en ese momento, que es una hogaza que traen de un obrador de otro pueblo). Mi sensación fue de haber hecho una comida sana, sin hambre y sin saciedad.

El abundante y excepcional desayuno también se digirió sin problemas.



LERA

Dirección: C/ de los Conquistadores Zamoranos, s/n, 49110 Castroverde de Campos, Zamora

Teléfono: 980 66 46 53



Sala del Restaurante Lera Lera Gastro

Pero Antón, mi acompañante, que conoce mucho mejor el restaurante y el tipo de cocina de Luis Lera afirma, de visitas anteriores: “Comida memorable con un nivel altísimo en un menú de placer infinito. Despliegue de técnica, sabor y sensibilidad, con el habitual compromiso con su entorno. Escabeches sutiles, la caza presentada de mil maneras y siempre equilibradas. Uno de los mejores restaurantes de este país, sin ninguna duda”.

“Muchas veces, como en tantas cosas, reducimos el acto culinario a comer bien. Pero existen lugares que nos proporcionan algo más, son únicos. Luis Lera nos ofrece la esencia de la cocina de la Tierra de Campos, caza, setas, legumbres, escabeches y recetas tradicionales tocadas por su sensibilidad y refinamiento.

El pichón es la estrella, sirven más de 9000 cada año, pero la oferta cinegética parece infinita. Resulta difícil no asistir emocionado al diálogo que el cocinero establece con su entorno. Si no han estado, deberían”.

*Es obligatorio hacer una reserva
Viernes a Lunes 13.30h. a 23.00h.
Martes 13.30h. a 18.00h.
Miércoles y Jueves cerrado*

<https://restaurantelera.es/>

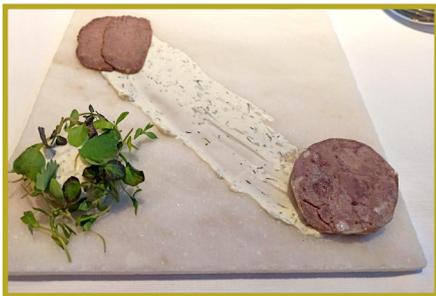
LOS PASES...

Paso a describir las sensaciones gustativas que me han dejado algunos platos:

Entrante; *pan de torta de aceite semidulce, con chicharrones*. Un comienzo extraordinario. Nada graso y perfecto punto de sal. También un *caldito con una mini albóndiga de perdiz*.



Fiambre de carrillera, panceta y tocino y lomo de orza de jabalí algo subido de sal, acompañado de salsa de rábanos.



Escabeche de codorniz. Literalmente perfecto.



Lera Gastro

Tartar de ostra con escabeche de hígado de conejo; Original. ¿Quién iba a decir que ese extraño matrimonio iba a funcionar tan bien? Excepcional punto de acidez y buen contrapeso entre el escabeche y el deje metálico de la ostra.



Alcachofa con lengua de jabalí y congrio. Inigualable sabor de la lengua e intensidad de la salsa, buena armonía con la piel de congrio (yo eché de menos más cantidad) y excelente aportación de la alcachofa, verdura difícil de combinar. Estaba en un punto perfecto de recolección y su textura era muy suave, conservando todo su sabor.



Sopa de paloma con pan, con un caldo muy denso, muy intenso y algo subido de sazón y pimienta. Aparte paloma en guiso y también en embutido.



Colmenillas con interiores de aves de caza; Buena combinación. Salsa de suma intensidad.



Las *lentejas*, que como dice Antón "juegan en otra liga..." son muy pequeñas y delicadas, se le añade un foie escabechado y una cebolla guisada, melosa, que parece mantequilla.



Perdiz con acelgas; Sirven por un lado la pechuga, la mejor que he tomado en mi vida. Luis con todo su conocimiento y oficio y por arte de birli birloque, consigue una piel tremendamente crujiente y una carne jugosa y tierna. Aparte una penca bajo un ravioli de hoja de acelga relleno de una rilette de perdiz. Excelente combinación y excelente contraste entre las dos partes del plato. Si lo degustas, primero la pechuga, por favor...



El morcillo de venado se pone al fuego veinte horas, a baja temperatura, está tremendamente tierno, así como las cebollitas. Se adorna con flores de aliso.



Pato azulón con naranja; Otra pechuga para ponerle un piso. La elaboración debe ser parecida a la anterior, pero con la intervención de un laqueado, según confesó Luis. El sabor de la pechuga, ligeramente más intenso que la de perdiz, pero igual de extraordinaria. Creo que estos dos platos los pondría entre los diez mejores de mi vida.



El pichón es el plato insignia de Lera, es súper jugoso. En realidad es una receta tradicional muy sencilla; se dora, se añade cebolla y ajo, vino blanco, agua y paciencia. Al final se engorda la salsa. Está tan rico, que siempre se quedan los huesos pelados.

Ramón tuvo la gentileza de repartir en dos, las entrañas y el corazón, para que ambos comensales tuviéramos la oportunidad de probar todas sus partes.



En cuanto a los vinos, sólo destacaré lo que me ha llamado más la atención: vino *La Escribana de Macharnudo con uva Palomino*. Le encontré aroma a humo y al final dulzor. Me sorprendió por salirse de los cánones habituales.

También tengo que citar que el *Malvasía de Madeira* me pareció muy inferior a los que he probado recientemente en La Palma. Por contra, el *Raúl Pérez de uva albarín*, me dejó extasiado, para mí un vino “raro” que no me esperaba. Ese deje frutal a manzana y su toque a madera, tras su estancia de 60 meses en barrica de roble. ¡EX-TRA-OR-DI-NA-RIO!

En general muy bien. Creo que el joven sumiller tiene un futuro muy prometedor.



De los postres me gustó más el segundo, *manzana en manteca con vino rancio*. No obstante en la cocina de Lera destacan mucho más los salados que los dulces.

“Es la primera vez en la que mis expectativas se han superado con creces.”



EPÍLOGO

En el último año, he visitado varios restaurantes con estrella Michelin, solía acudir con elevadas expectativas y nunca llegaban a cumplirse, comiendo muy bien, bien o regular.

Después del último, que me defraudó profundamente, decidí bajarme del mundo Michelin, pero me faltaba Lera.

Lera no está en esa esfera, habría que preguntar a Luis si quiso entrar o simplemente entró porque era demasiado bueno y no era posible que lo dejaran fuera.

De momento, no ha perdido su esencia ni un ápice. Es la primera vez en la que mis expectativas se han superado con creces.

Volveré pronto a probar nuevos platos, ya que la Carta es muy dinámica.



A destacar:

- ▶ La cocina. Especialmente esas dos pechugas, el pichón y las lentejas.
- ▶ La atención recibida.
- ▶ La honestidad en todos y cada uno de los componentes del equipo, que se palpa desde que entras al restaurante, hasta que sales varias horas después.

Posibilidad de mejora:

- ▶ Uno de los postres.
- ▶ El malvasía que nos sirvieron.
- ▶ El pan

COMIDA: 9,5

SALA: 9

VINOS: 8,5

RELACIÓN CALIDAD-PRECIO: 9





El Catacaldos

TRES VINOS PARA LA CUESTA DE ENERO

Los primeros meses del año siempre son más apagados, tras la vorágine de las fiestas navideñas, nuestro bolsillo se resiente, pero eso no impide que podamos seguir disfrutando de grandes vinos.

Y aunque la cesta de la compra se incremente, aquí os dejo 3 vinos blancos de gran calidad, zonas vinícolas diferentes a las habituales y con una relación calidad precio muy razonable. Vinos que podréis encontrar en cualquier tienda especializada, o en la web de la bodega, donde estoy seguro que también encontrareis otros que os gustaran igual o más que estos.

Aprovechar cualquier momento para brindar con ellos, por todo lo bueno que vendrá este año, y por todo lo que nos rodea. El vino es alimento, cultura y sobre todo el sustento de miles de familias españolas... así que beber vino, con moderación, que la vida a través de una copa de vino es mucho mejor...

LAMINIO

Gewürztraminer

Blanco, 2022

UVA: 100% Gewürztraminer

BODEGA: Bodegas Cesar Velasco

ZONA: Villarrobledo (Albacete)

D.O.: DO La Mancha

PVP: 7-9€

Catado en copa Zalto White Wine

Estamos ante un vino de una variedad de climas fríos, que se consiguió adaptar a la zona obteniendo un resultado excelente. Procede de parcelas de más de 20 años de edad, situadas a unos 750 metros de altitud, de suelos franco arenosos.

La vendimia es mecanizada y se hace de 6 a 9 de la mañana a mediados de Agosto. Macera durante 20 horas a 10°C, desfangado y fermentación alcohólica a 12°C durante 10 días, con una crianza con sus lías y embotellado a partir de finales de diciembre.

Color: Amarillo pálido con reflejos verdosos.

Nariz: Flores blancas, rosas, frutas tropicales, lichi, melocotón, maracuyá, y algo de especias.

Boca: Fresco, fruta blanca tropical, fruta de la pasión, equilibrado, sedoso, complejo, amielado, de elevada persistencia.

Marida muy bien con todo tipo de comida japonesa, tailandesa o hindú, platos especiados y picantes, pescados, pastas, carnes blancas, quesos fuertes.





BODEGAS CÉSAR VELASCO

Dirección:

*C. de Dos de Mayo, 178,
02600 Villarrobledo, Albacete
Teléfono: 967 13 70 37*

Web: bodegasesarvelasco.com/

Bodegas César Velasco, pertenece a la tercera generación de una familia en la que, a lo largo de un siglo, han ido elaborando vinos únicos. Mimado en tinajas de barro fabricadas por artesanos locales, cuya tradición data del siglo XV y esta inmortalizada en El Quijote.

César y Francisco Velasco, primera generación, levantan la bodega inicial en la finca Cutriviejo, situada a 5 kilómetros de Villarrobledo, obteniendo las primeras elaboraciones. En el año 1950, de los tres hijos de César, dos de ellos, César y Ramiro, amplían su formación enológica, y construyen la que será la segunda bodega, ubicada en el centro de la población. Es aquí durante más de medio siglo, donde los hermanos Velasco elaboran, comercializan y son reconocidos por su profesionalidad y sus vinos de excelente calidad.

Actualmente tenemos a la tercera generación al mando de la bodega, César Velasco Almodóvar, quien, habiendo sido testigo directo de la transformación de la bodega, y la tradición vinícola desde su más tierna infancia, retoma el legado tras finalizar sus estudios de Enología.

César, renueva parte de los viñedos familiares incorporando nue-

vas varietales, como Gewürztraminer, Viognier, Merlot, Cencibel o Tempranillo. En 1995 amplía la actividad al embotellado de vinos y comienza la rehabilitación y modernización de la actual bodega, situada en las afueras de la ciudad. Parte de otra bodega donde ya existían las centenarias tinajas familiares de barro cocido, todas ellas con una antigüedad de más de un siglo, y que han aportado entre 100 y 200 añadas durante su largo periodo de vida. Es en estas tinajas donde duerme el vino procedente de sus propias viñas, y se convierte en un producto tan artesanal y único, como la bodega de donde salen.

Las tinajas aportan un carácter único a los vinos varietales jóvenes, que tienen su máximo esplendor durante el primer año de consumo. Gracias a una elaboración mimada y meticulosa y por las características naturales propias de la uva, estos vinos tienen en la mayoría de los casos unos contenidos en sulfitos muy inferiores a los bio y los eco, pues intentan defender en todo momento un producto lo más natural posible y beneficioso para la salud.

Además, después de la respectiva fermentación alcohólica de cada varietal, los vinos tintos son conducidos a realizar la fermen-

tación maloláctica en estas emblemáticas tinajas de barro de 4.000 litros de capacidad. Lo que les aportará mucha más frescura, fruta y equilibrio.

Junto a ese sello artesanal reconocido por la elaboración y conservación en exclusivas tinajas de barro se suma una apuesta tecnológica en materiales y procesos naturales (uso de acero inoxidable, fermentación controlada, empleo de técnicas para extraer el potencial de cada variedad).

La pequeña dimensión de la bodega, permite además de ese maridaje entre tradición y modernidad, o artesanía y tecnología, especializarse en la elaboración de vinos jóvenes varietales. La materia prima de éstos es vendimiada a finales de estío en la finca centenaria de Cutriviejo.

César apuesta sobre todo por los vinos jóvenes, sacando de ellos el carácter más natural de la uva, potenciando aromas y sabores de tipo primario, no presentes en otros tipos de vinos más envejecidos. Una tradición y modernidad, utilizando las técnicas más tradicionales en todos los procesos de elaboración. Respetando el vino como producto de vida.

1860 BLANCO DE CRIANZA EN ÁNFORAS

Blanco, 2022

UVA: 100% Sauvignon Blanc

BODEGA: Bodegas Cano

ZONA: Higuera (Albacete)

D.O.: DO Almansa

PVP: 8-9€

Catado en copa Zalto White Wine

1860

Blanco Crianza está elaborado con uvas Sauvignon Blanc que proceden de parcelas de más de 15 años situadas a 1.000 metros de altitud en la zona de Higuera. Los suelos son calcáreos con poco fondo y de producción orgánica.

La vendimia es nocturna, seguida de una corta maceración en frío con los hollejos y de una lenta fermentación entre 12°C y 16°C en acero inoxidable. La crianza se realiza en antiguas tinajas de barro de más de 100 años, realizando un ligero batonage para conseguir complejidad y una gran estructura.

Tras una crianza de 6 meses en estas antiguas tinajas de barro, se obtiene un vino muy equilibrado en boca, fresco y con un marcado carácter varietal.

Color: Amarillo pajizo con reflejos verdosos, limpio, brillante.

Nariz: Frutas tropicales, piña, fruta de la pasión, miel, flores blancas frescas, jazmín, herbáceos, y unas finas notas tostadas.

Boca: fresco, meloso, fruta tropical, níspero, melocotón, herbáceos, hinojo, algo mineral, graso, con buena acidez y persistente.

Marida bien con acompañar ensaladas, cebiches, salazones, pastas, arroces, mariscos, quesos grasos, carnes blancas.





BODEGAS CANO

Dirección:
Ctra, CM-3209, Km 1,5
02694 Higuera de las Torres, Albacete

Teléfono: 690 273 457

Web: bodegascano.com/



Bodegas Cano nace en 1860 cuando Blas Cano fundó la antigua bodega de la que aún conservan las instalaciones y maquinaria en Higuera de las Torres (Albacete). En el año 1965 Adolfo y Blas, nietos del fundador y abuelos/padres de quienes hoy gestionan la bodega, decidieron cerrar las instalaciones para pasar a ser socios fundadores de la nueva cooperativa de la localidad. Tras 39 años, en 2004 decidieron retomar el negocio familiar y volvieron a reabrir la bodega, con la idea de elaborar vinos con personalidad y características únicas, apoyándose siempre en las nuevas técnicas de elaboración para lograr así una producción controlada y respetuosa con el entorno.

Inicialmente la bodega producía vinos de la variedad Monastrell, y con la reapertura se comenzó a trabajar la variedad estrella de la zona, la Garnacha Tintorera. En 2010 se plantaron nuevas variedades de uva, blancas (Verdejo y Sauvignon Blanc). En 2012 se lanzó el primer vino 100% Garnacha Tintorera.

Cada uno de sus vinos, tiene su propio carácter y sabor especial. Se puede decir que es una

historia líquida que habla de su compromiso con la excelencia y la pasión por el vino, es el fruto de una meticulosa selección de uvas y una elaboración cuidadosa, destinada a mostrar la esencia del terroir que les rodea en cada botella.

Las características climáticas se encuentran a medio caballo entre el levante y el clima manchego. Es la altitud de entre 700-1000 metros sobre el nivel del mar, lo que hace que el clima sea más seco y continental, un poco más suave que en el interior de la Mancha. La zona se caracteriza por tener veranos cálidos e inviernos largos y fríos llegando a alcanzar los -10°C

Por ello, el proceso de creación de estos vinos comienza en los viñedos propios situados en Higuera de las Torres, El suelo es mayormente calizo, pobre en materia orgánica y con poco fondo, lo que es muy propicio para conseguir vinos aromáticos y con una intensidad de color alta. Se realiza en el viñedo una primera selección de uva, que luego continúa en la bodega, donde su enólogo realiza otra meticulosa selección de uvas, y aplica técnicas de vini-

...nuevas técnicas de elaboración para lograr así una producción controlada y respetuosa con el entorno.

ficación artesanales y modernas para resaltar las características únicas de cada variedad de uva, obteniendo vinos que expresan autenticidad y el carácter único del terroir de Albacete.

La cuidadosa elaboración y selección de uvas permite que cada vino tenga un carácter y personalidad única, proporcionando una experiencia gustativa que perdura en el paladar. Los aromas complejos y sabores intensos son la firma de la casa, invitando a los amantes del vino a una experiencia sensorial memorable. Así pues, podemos hablar de Vinos de Autor.

TORRECASTILLO SAUVIGNON BLANC

Blanco, 2022

UVA: 100% Sauvignon Blanc

BODEGA: Bodega Torrecastillo

ZONA: Montealegre del Castillo
(Albacete)

D.O.: DOP Jumilla

PVP: 8-9€

Catado en copa Zalto White Wine

Torrecastillo Sauvignon Blanc procede de parcelas de más de 20 años situadas entre 770-900 metros de altitud en la zona de Montealegre del Castillo. Plantados en espaldera en suelos arcillosos, calizos muy profundos, con un clima mediterráneo con influencia continental.

La vendimia es manual, y se hace en cajas de 20 kg. Hay un proceso de selección de racimos, y la fermentación alcohólica se realiza en depósitos de acero inoxidable de pequeña capacidad, a una temperatura entre 15-17 °C para potenciar todos los aromas de fruta de la uva. Al finalizar la fermentación se hace una crianza con sus propias lías durante 5 meses en depósitos de acero inoxidable.

Color: Amarillo limón pálido, con reflejos verdosos, limpio, transparente y brillante.

Nariz: Fruta tropical, piña, toques florales, hinojo, cítricos, limón, césped recién cortado.

Boca: Untuosa, fresca, seco, fruta tropical, mandarina, cítricos, flores blancas, anises, toques vegetales y persistencia media.

Marida bien con acompañar ensaladas, cebiches, salazones, pastas, arroces, mariscos, quesos grasos, carnes blancas.





BODEGA TORRECASTILLO

Dirección:

*Ctra. Bonete, 04 NAVE, 02650
Montealegre del Castillo, Albacete*

Teléfono: 677 46 47 08

Web: torrecastillo.com/



Bodega TorreCastillo comienza en los años 80, cuando Antonio López "TORRES", viticultor de toda la vida, abandona el cooperativismo a granel, para con la ayuda de su hijo Julián López, iniciar la elaboración de sus propios vinos. Son años de mucha ilusión, de lucha por la calidad del vino, por una mejor gestión del viñedo, y por la obtención de un buen producto que demuestre todo el trabajo que existe detrás.

Después de reestructurar y recuperar los viejos viñedos que tenían, en 1970 llevaron a cabo nuevas plantaciones en el término municipal de Montealegre. Era un viñedo muy disperso, en el que buscaban siempre los mejores terrenos para el cultivo de las variedades que disponen, principalmente Monastrell, Garnacha Tintorera, y Sauvignon Blanc, culminando todo este proceso de transformación en el año 2015, con la inauguración de sus nuevas instalaciones.

Cuenta actualmente con unas 100 hectáreas de viñedo distribuidas por diferentes puntos del término municipal de Montealegre, y con diversas altitudes que van desde los 700 a los 900m de altitud. En ellas aplican prácticas de cultivo que les permiten con-

servar los recursos naturales y el medio ambiente, para favorecer la flora, la fauna y la calidad de los suelos, posiblemente el ingrediente secreto de sus vinos.

Los viñedos tienen un clima de tipo continental, influenciado por la cercanía del mar Mediterráneo al este y de la meseta de la Mancha por el oeste. Es un clima soleado y árido, con unas 3000 horas de sol al año, y de escasas lluvias, unos 300 litros por m² anuales, siendo el régimen de estas lluvias muy irregular. Inviernos fríos con numerosas heladas, y veranos muy cálidos y secos.

Los suelos son pardos y calizos, muy pobres en materia orgánica, y con gran capacidad hídrica y mediana permeabilidad. Esto permite a las viñas subsistir en condiciones de sequía prolongada, aprovechando bien el agua disponible. Además, cuentan con un PH alto y baja salinidad, por lo que la suma de todo ello es donde se gesta la calidad de los vinos de TorreCastillo, unas cepas cuidadas con devoción, donde la familia saca lo mejor de cada una de ellas.

Aunque el secreto está en el campo, la elaboración hace el resto. La tradición y experiencia vinícola

[...]aplican prácticas de cultivo que les permiten conservar los recursos naturales y el medio ambiente, para favorecer la flora, la fauna y la calidad de los suelos[...]

familiar, se une a las últimas innovaciones tecnológicas. Ajustan la frecuencia y aireación de los remontados según la fase de la fermentación. La maceración se prolonga hasta obtener el contenido máximo de polifenoles y, por cata, fijan el desvinado. Favorecen mediante microoxigenación la formación de etanal, para obtener un color más estable y un aumento de la intensidad de los taninos, dando más estructura a sus vinos. Utilizan barricas de roble francés y americano donde los vinos van ganando en complejidad aromática.

En definitiva, nos encontramos ante una bodega que mima con esmero, cuidado y dedicación sus viñas, muchas de ellas centenarias, manteniendo los procesos tradicionales a lo largo de todo el ciclo del vino.



*Antón
Bernabeu*

LA LLORERÍA

informalidad con mucho fondo

Una propuesta distendida, que esconde una cocina meditada y sorprendente, en un pequeño local. Un planteamiento cercano que rompe con cánones clásicos para disfrutar de la experiencia.

Carmen Alti y José Certucha coincidieron en DSTAgE antes del confinamiento. Allí comenzaron a dar forma a su idea de montar un negocio propio. Tras la pandemia, mientras continuaban sus carreras en Bibo y Smokedroom respectivamente, terminaron de configurar su proyecto.

conjunto que destaca sobre los ingredientes. Continúanos con unas almejas abiertas en un vermut de manzanilla, con mantequilla, chiles, cilantro y albahaca. A pesar de los interesantes matices, se beneficiaría de un picante menos incisivo. Para cerrar los primeros, llega la referencia de la casa. Coliflor rallada y salteada con bacon, ajetes y pasas, en un elegante curry de Vadouvan y todo ello coronado por puntillitas fritas. Un juego en el que las texturas encajan magníficamente en un conjunto pleno de sensaciones.

“La comida se abre con una declaración, ni aceite ni mantequilla, una yema de huevo cocinada a baja temperatura de delicada textura”

El planteamiento de los platos principales es algo más sencillo. Empezamos con unos canelones con confit de pato, limón encurtido, puré de cebolla y almendras. La bechamel que lo recubre lleva manzanilla muy poco reducida. El punto de acidez que aporta y la textura de los frutos secos redondean el conjunto. Sigue una corvina cocinada con aceite de brasas con crema de ají amarillo y cacahuets acompañada de pak choi asado. Otra destacable armonía, el punto del pescado magnífico, la emulsión muy equilibrada y el amargor de la verdura como contraste. Para terminar, un puchero de acento andaluz. Tendones de vaca, cocinados más de 8 horas, con hierbabuena y unos puerros a la brasa que se integran con la melosidad del guiso.

Los postres, correctos, bajan algo de nivel, pannacotta de coco con frutos rojos y haba tonka y kataifi con queso y sirope de arce.

En un Madrid en plena ebullición gastronómica, con constantes aperturas y la presencia cada vez más habitual de grandes nombres y potentes grupos de restauración, propuestas como la de La Llorería suponen un soplo de aire fresco. Jóvenes con una sólida preparación que buscan su hueco saliéndose de caminos trillados.



Coliflor con bacon y puntillitas



Ostras con escabeche de alitas de pollo, y zanahoria y jalapeños

Guiso de tendones con hierbabuena y puerros





Andalusian
Flavour

Gaspatchuelo

Historia y receta de un caldo singular



A ún veo la cara de mi madre cada vez que contaba la anécdota de que una compañera de trabajo le contaba que debía ir a su casa a tomar un plato que cocinaba su madre, una especie de sopa a la que echaba mayonesa. La sorpresa de mi madre fue tanta, que nos hizo partícipes años más tarde de su consternación y asquito. Cada vez que Maruja era recordada, mi madre sacaba a colación la supuesta sopa y por supuesto, el chascarrillo encontraba el coro de arcadas de sus bien aprendidos hijos, que eran el vivo ejemplo de eso que cantaba Machado de que Castilla desprecia cuanto ignora.

Por supuesto la vida suele poner en su sitio a los misántropos y a los ignorantes, y a mí me dio el correctivo en forma de suegra andaluza que se descolgó nada más conocerla con que haría la cena de Nochebuena y que el primero sería una sopa Viña AB.

Cuando la vi hacer la mahonesa, empecé a torcer el gesto, pero sin decir nada para no liarla. Y con algo más que reticencia, metí la cuchara en ese blanquecino bodrio que dejaba vislumbrar trozos de pescado, gambas y almejas como un naufragio de pequeños icebergs a los que sólo se les intuye la punta. Los efluvios que emanaban de aquel plato a madera, avellanas y salitre sí me convencían y fueron los responsables de mi valentía. Castilla caía rendida. No sólo aquella sopa reconfortaba el estómago, si no el espíritu y no podía caber en mi asombro de encontrarla tan familiar pese a no haberla comido nunca.

Años más tarde me veo viviendo en la provincia de Málaga y teniendo una lista mental de los mejores gaspatchuelos y dónde comerlos. El gaspatchuelo malagueño es la punta de lanza de lo sorprendente que es la cocina malacitana. Si los guisos rojos y negros son pa-

“En España es único el plato que incluye mahonesa para texturizar el caldo, haciendo de él una sustancia calórica de algo por lo demás ligero, un caldo donde se han cocido pescados blancos y algunas gambas.”

trimonio del norte, los blancos son patrimonio malagueño como si la cal de sus pueblos quisiera transgredir también las ollas y morteros. El gazpachuelo, el “enblanco” y el ajoblanco son la bandera que enarbolan los pueblos de costa e interior de esta tierra.

El gazpachuelo goza de un documental donde historiadores, cocineras y personajes de la gastronomía malacitana hablan tanto del potencial origen del vocablo como del plato en sí. El origen del vocablo es por supuesto un misterio que comparte raíz con los gazpachos que, según la RAE, puede venir “del Toscano “Guazzeto” y que es un guisado líquido que se hace regularmente con pan hecho pedacitos, aceite, vinagre, ajos u otros ingredientes, conforme al gusto de cada uno, y es comida regular de segadores y gente rústica”. Al final, no deja de ser una mezcla de elementos que, gracias a la sabiduría popular ha ido afinando los sabores hasta llegar a una exquisita receta que, con pocas diferencias, se extiende por la provincia.

Sin embargo, el origen es incierto. En España es único el plato que incluye mahonesa para texturizar el caldo, haciendo de él una sustancia calórica de algo por lo demás ligero, un caldo donde se han cocido pescados blancos y algunas gambas. Un plato marengo, propio de El Palo y El Perchel, barrios humildes de pescadores que son parte ya de la capital. También se dice que añadir mahonesa fue una astucia salida de un hospicio y aunque no quiero desdecir a gentes que saben mucho más que yo, es cierto que aquella maravillosa sopa Viña AB de mi suegra, que no deja de ser la pariente más fina del gazpachuelo, a la que se añade ése fino amontillado que ya es casi imposible encontrar fuera de vinotecas pero que antes se podía comprar en los supermercados más modestos, me resultó muy familiar.

Mi abuela, de origen hispano hebreo, hacía una salsa que nos encantaba para acompañar el pescado y las carnes de pollo: la agristada. La salsa es una copia de la mahonesa, con la salvedad de que no lleva vinagre, si no limón y en el que, en vez de añadir el aceite de oliva como espesante, añade harina cernida a las yemas y cucharones de caldo donde previamente se han cocido las carnes o pescados. Y es que el origen de la agristada es tan fascinante como la de su quizá primo el gazpachuelo. Debemos primero trazar el origen de los primeros limones, que fueron traídos a la península por los judíos radanitas, una etnia que se dedicaba al comercio trasmarino y cubrían una extensión que iba desde la India, por antiguas rutas que luego se llamaría “de la seda” hasta nuestra península y el sur de Francia. Los limones llegaron a nuestras tierras allá por el siglo X, en los primeros albores de Al-Andalus, lo que dio lugar a que desde entonces y hasta hoy, el limón tenga el mismo nombre en hebreo, en árabe y en español.

“También se dice que añadir mahonesa fue una astucia salida de un hospicio y aunque no quiero desdecir a gentes que saben mucho más que yo,[...]”

Tras la expulsión de los judíos en el siglo XV, podemos trazar las rutas de su diáspora precisamente porque las agristadas se vuelven caldos y sopas en sus nuevas ciudades de acogida, como Tesalónica, donde nos encontramos los avgolemonos, literalmente “huevo y limón” que se usa para espesar sopas como la Yuvarlaquia y la Magiritsa, sopas cremosas, como lo es también la Tarbiya turca y la Bourride francesa, una sopa de pescado que también se espesa con mahonesa. Los judíos no pueden usar cremas ni productos lácteos para espesar sopas o salsas, debido a sus leyes dietéticas y lo hacen con yemas, aceite harina y huevo.

Y es que ¿no será la adición de mahonesa un atajo para el mismo resultado cremoso? Lo único que sé es que estamos enfrentados profundamente con nuestra propia cultura, que hunde sus raíces en el Mediterráneo, que por algo fue llamado “Mare Nostrum”.

Receta del Gazpachuelo Malagueño de mi suegra.

Ingredientes

👤 4 personas

- 3 patatas medianas
- 2 litros de agua (aprox.)
- 600 gramos de merluza o rosada
- 12 gambas tamaño mediano
- 200 ml de Aceite de oliva
- 2 huevos
- 1 limón
- Sal (al gusto)



Elaboración

Primero pelamos las gambas y reservamos las cabezas y pieles.

Cortamos la merluza en trozos medianos y la reservamos junto con las gambas.

Pelamos y cortamos las patatas casqueadas en trozos de igual tamaño y reservamos.

Ponemos las cáscaras de las gambas junto con la espina y cabeza de la merluza (si las tenemos) en una cacerola amplia junto con las patatas.

Hervimos en agua con sal a fuego suave al tiempo que espumamos durante 30 minutos.

Una vez listo el caldo, lo colamos y pasamos a otra cacerola limpia junto con las patatas y cocemos durante 10-12 minutos.

Preparamos una mayonesa con dos yemas de huevo, aceite, el zumo de limón y un poco de sal. Cuajamos ambas claras en el caldo hirviendo y las sacamos. Cortamos a trocitos.

Retiramos la cacerola del fuego y separamos un par de cacitos del caldo.

Agregamos la merluza y las gambas a la cacerola, que se cocerán rápidamente por el calor residual. Rectificamos de sal (si es necesario) y tras un par

de minutos apartamos el caldo del fuego.

Ponemos la mayonesa en un bol y añadimos un poco del caldo templado mezclando bien hasta ligar la salsa.

Debemos tener en cuenta que si el caldo está demasiado caliente la mayonesa se puede cortar, hay que dejarlo que se temple.

Añadimos esta mezcla a la cazuela moviendo en vaivén y sin dejar nunca que llegue a hervir y servimos el plato al momento, bien caliente, echando las claras cuajadas como parte del plato.



Gastrocharlie

LA CAZA I parte

Lo que en un principio iba a ser un artículo simple, de opinión, sobre la caza y sus circunstancias, al ir investigando en los entresijos de sus orígenes, me he dado cuenta de que tiene bastante más enjundia de lo esperado y es tremendamente interesante (para mí al menos).

Por tanto, he decidido dividirlo en tres partes y publicarlo en tres números consecutivos.

Esta primera sobre la Historia, la segunda parte sobre los condicionantes éticos y políticos y una tercera, sobre la caza y la gastronomía.

Los apuntes históricos a partir de la Edad Media, están extraídos de un interesante ensayo del eminente Profesor Antonio López Ontiveros, titulado Algunos aspectos de la evolución de la caza en España, escrito en 1991.

Antecedentes históricos

La caza es intrínseca al comportamiento atávico de los humanos, desde antes de poder ser considerados humanos. Los homínidos más desarrollados fueron mejorando las técnicas y tácticas de la caza, colaborando en grupos y mejorando paulatinamente sus armas, como el uso de arcos y flechas, lanzas etc.

La caza era vital para la **SUPERVIVENCIA**.

El ser humano, a fin de cuentas, era una especie animal más, un depredador en su medio. Eran magníficos cazadores, de gran habilidad, capaces de rastrear una pieza a kilómetros de distancia, de leer las señales de la naturaleza y además gozaban de una orientación espectacular.

En Altamira pueden admirarse pinturas rupestres que representan animales y escenas de caza, correspondientes a varias culturas del Paleolítico, que se remontan a más de 30.000 años A.C. Pero homínidos, desde hace 2,5 millones de años, como el Australopithecus, Neandertales y Homo Erectus, ya cazaban. Todos ellos eran omnívoros y recolectaban hierbas y raíces.

El Homo Sapiens alterna las actividades de la caza y recolección, con las primitivas agricultura y ganadería como complemento a su alimentación. En las culturas primitivas, había normalmente un reparto de roles, donde normalmente la mujer realizaba la función recolectora y el hombre la función cazadora.

“Eran magníficos cazadores, de gran habilidad, capaces de rastrear una pieza a kilómetros de distancia, de leer las señales de la naturaleza y además gozaban de una orientación espectacular.”

En paleoantropología, la “hipótesis del cazador” es la hipótesis de que la evolución humana fue principalmente influida por la caza de animales grandes y rápidos, y dicha actividad, distingue a los antepasados humanos de otros homínidos. Al parecer **las proteínas de la caza, aportaron genéticamente** para la aparición del Homo Sapiens.

Las culturas más avanzadas, hasta el final de la Edad Media y más allá permiten, especialmente la caza mayor, en exclusividad a los Señores, mientras los siervos que habitaban los bosques, tenían que cazar de forma furtiva. En esos tiempos, la caza por parte de Reyes, Nobles y Señores, tenía un componente de subsistencia y un componente lúdico, donde entraban depredadores como el oso, el lobo, el zorro y otros pequeños carnívoros.

Curiosamente en ese tiempo, la importancia de la caza mayor, se clasificaba por su peligrosidad, siendo la más importante la del oso y después la del jabalí.

A finales del Siglo XV aparece el arma de fuego y la “doctrina” de la caza cambia radicalmente.

Los Siglos XVI y XVII son denominados la “Edad de Oro de la montería española”.



Abundante literatura ilustra la época. El culmen de esta circunstancia podría ser la caza, festejos y banquete ofrecido por el Duque de Medina Sidonia a Felipe IV en 1624. Hasta 300.000 ducados se gastaron en los fastos.

Cervantes se oponía a la caza como privilegio de ricos y poderosos y así lo reflejó en El Quijote con numerosos comentarios de Sancho Panza.

Los cotos señoriales y cazaderos reales eran extraordinariamente abundantes en especies cinegéticas y de esa forma, asistimos asombrados a lo que parecen intentos de superar records Guinness; **Carlos IV abate 7363 piezas de caza mayor y menor**, sólo en 1805. Felipe IV habla de más de seiscientos venados y cuatrocientos lobos en varios años. Fernando VI en ocho años cobró 396 venados, 1151 gamos, 441 jabalíes y 265 lobos. Podríamos decir que era el pasatiempo favorito de los Reyes y de muchos Nobles.

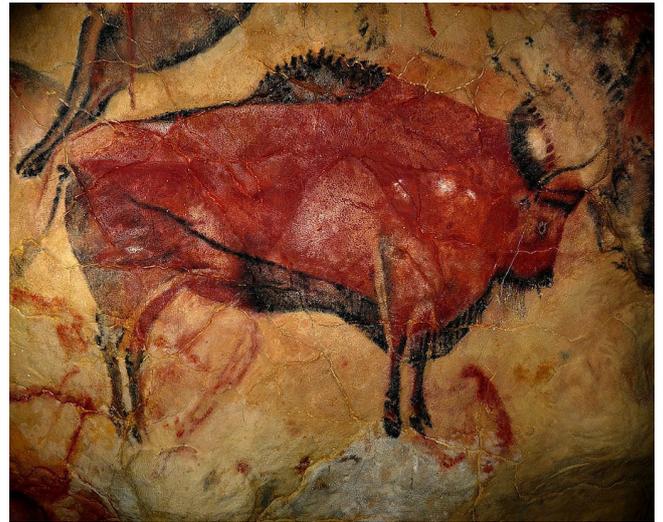
A comienzos del Siglo XVII estuvo prohibido el uso de arma de fuego en el ejercicio de la caza, prohibición que derogó posteriormente Felipe III, ya que no se había observado aumento en las poblaciones de especies susceptibles de caza en ese tiempo.

En el Siglo XIX (se había observado nuevamente un aumento en las poblaciones), las Cortes de Cádiz imponen la abolición del privilegio de caza a la nobleza con el siguiente texto:

“En adelante todos los españoles pueden cazar, sin otras trabas ni limitaciones que las que a todos imponen la justicia, la equidad y la convivencia cívica”

Pero, se roturan los bosques, se establecen vedas, se limitan los medios de caza y se imponen licencias, para evitar una excesiva masificación de cazadores.

A finales del Siglo XIX se observa con preocupación, una disminución drástica de las poblaciones de caza menor, tanto de pelo como de pluma. 1 a 8 las perdices, práctica extinción de la avutarda, el sinsonte, ganga, ortega, cientos de miles de pajaritos... Agricultura y ganadería ganan territorio a la caza. Otras actividades económicas, en menor medida, también influyen en la disminución



Pintura rupestre. Cuevas de Altamira

de la caza, como pueden ser la extracción de corcho, el carboneo, la apicultura etc.

A comienzos del Siglo XX, se empieza a ver la caza como una actividad económica, además de lúdica. También comienzan los debates y controversias acerca del amor a la naturaleza, con o sin caza.

Y llegados a este punto, acercándonos a la época contemporánea, dejaremos el análisis de las circunstancias actuales de la caza, la protección de la naturaleza, la ética y las políticas que la afectan, a la segunda parte de este artículo, que verá la luz en el próximo número.

Recetas Ancestrales



Almojábana e infusión el Malaguita

Estrenamos nueva sección, con el propósito de rescatar antiguas recetas, de diversas fuentes y vetustos facsímiles.

En los siguientes números, contamos con la colaboración de Fernando Rueda, a quien podríamos definir como “gastrohistoriador”, tiene a sus espaldas más de 30 libros y es experto en etnografía y muy especialmente en cocina andaluza.

Su mano derecha en la práctica tras los fogones, es Charo Carmona, propietaria y Jefa de Cocina del restaurante antequerano, Arte de Cocina. Charo cocina verdad y sobre todo cocina Historia, así su Carta está plagada de recetas ancestrales, especialmente malagueñas.

Además entrega una ficha con la receta de cada plato degustado. Nunca había disfrutado tanta cultura sobre mesa y mantel.

Textos del libro
“La cocina malagueña de Fernando Rueda”

LAS ALMOJÁBANAS

Especie de torta, herencia de la dulcería árabe en la tradición y en el nombre, pues en el árabe español almuyabbanat significa “hecha de queso”, como lo define Covarrubias en **Tesoro de la lengua castellana** (1611): Es cierta torta que se amasa con queso y otras cosas. Durante la Edad Media se compraban en los zocos, recién hechas con un chorreón de miel. Ibn al-Jatib (1313- 1374) en el **Al- Ihata fi Akhbar Gharnata** al felicitar al almotacén de Málaga, describe el zoco y comenta: No te dejes ganar por el que fríe las almojábanas y olvídate del pescado que está en la cesta... o en la literatura castellana Lope de Vega las cita en **Los locos de Valencia** (1620):

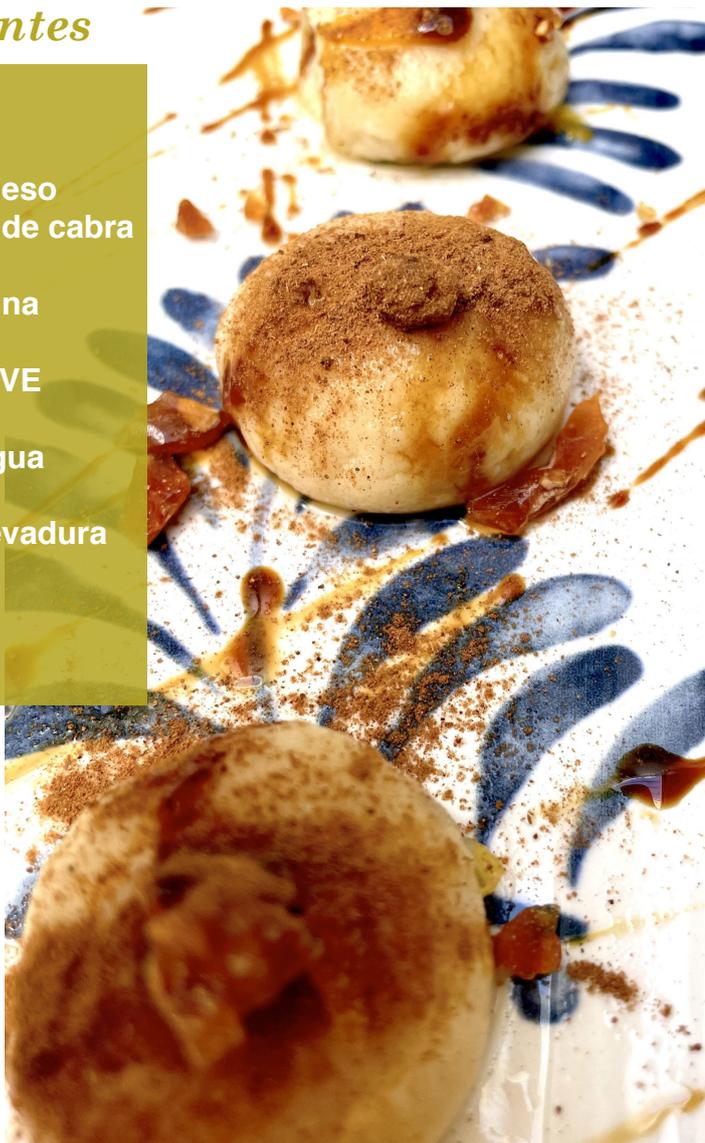
*Avisa a todo el convento
que hoy hay frutas de sartén
y almojábana de viento.*

También, Rupert de Nola las refiere en Libro de guisados (1529), con el título de **Fruta de queso fresco**.

En el recetario del S. XVI del Archivo Histórico Municipal de Antequera, recogido por Pablo Moreno en su libro **Es cosa muy excelente**, aparecen con el sugestivo nombre de molletes reales.

Ingredientes

- 3 huevos
- 120 gr. de queso semicurado de cabra
- ¼ kg. de harina
- 50 ml. de AOVE
- 100 ml. de agua
- 1 sobre de levadura en polvo
- Punto de sal



Arte de Cozina

Almojábana

Especie de torta, herencia de la dulcería árabe en la tradición y en el nombre, pues en el árabe español *almuyabbanat* significa “hecha de queso”, como lo define Covarrubias en **Tesoro de la lengua castellana** (1611): *Es cierta torta que se amasa con queso y otras cosas*. Durante la Edad Media se compraban en los zocos, recién hechas con un chorreón de miel. Ibn al-Jatib (1313-1374) en el **Al-Ihata fi Akhbar Gharnata** al felicitar al almotacén de Málaga, describe el zoco y comenta: *No te dejes ganar por el que fríe las almojábanas y olvídate del pescado que está en la cesta...* o en la literatura castellana Lope de Vega las cita en **Los locos de Valencia** (1620):

*Avisa a todo el convento
que hoy hay frutas de sartén
y almojábana de viento.*

También, Rupert de Nola las refiere en **Libro de guisados** (1529), receta 140, con el título de **Fruta de queso fresco**.

En el recetario del S. XVI del Archivo Histórico Municipal de Antequera, recogido por Pablo Moreno en su libro **Es cosa muy excelente**, aparecen con el sugestivo nombre de *molletes reales*.

Elaboración

Poner al fuego una olla con el agua, el aceite y la sal.

Al romper a hervir, se apaga y se hecha la harina poco a poco, meneando con una varilla hasta que quede una masa homogénea.

Ahora se le incorpora el queso y se amasa hasta que se funda con la masa. Se deja enfriar. Cuando la masa está fría, se vierte poco a poco al bol donde se han batido los huevos y se vuelve a amasar.

De la masa se extraen pequeñas porciones con las que se hacen bolas que, después se aplastan como tortitas y se meten al horno, previamente calentado a **100° C unos 20 minutos**, según el tamaño de las tortas.

Se deshorman, se le echa canela en polvo y un hilo de miel por encima.



Gastrocharlie

UNA HISTORIA DE AMOR, UNA BODEGA, LA SUERTE Y UN FINAL FELIZ

bodegas**TENDAL**

El artículo que sigue, fue escrito el pasado mes de agosto, poco después de que el incendio de La Palma devastara la bodega. Recientemente se ha publicado en una revista local y ha llegado el momento de publicarlo en GastroÑam, pero dado el tiempo transcurrido, era necesaria una actualización de la reconstrucción de la bodega.

Se transcribe fielmente el artículo original, hasta el punto CONTINUACIÓN, donde se actualiza a día de hoy.

Una historia de amor...

Todo empezó cuando Nancy Castro y Constan Ballesteros, dos estudiantes de enología, se conocieron y se enamoraron. El destino hizo que pasaran unos días de descanso en La Isla Bonita y el flechazo fue mutuo. La isla los acogió con cariño y ellos decidieron establecerse e iniciar un proyecto de vida, partiendo de un terreno familiar plantado con viñas, en el noroeste de La Palma.

Hubo por tanto una confluencia de tres amores: el amor de pareja, el amor al terruño y su pasión por la viticultura.



Sus primeros varietales: blanca Listán y Albillo y en tinta Negramol y Prieto Picudo.



Viña variedad Negramoll

[facebook/vinostendal1](https://facebook.com/vinostendal1)

Fruto del amor de Nancy y Constan, nacieron sus hijos Diego y María, que se contagiaron del apego a la tierra y las viñas y han asumido responsabilidades en la Bodega.

La Bodega...

Fue fundada en 1997 con el nombre Bodegas Castro y Magán, continuando con la pequeña producción familiar que vendimiaba cinco parcelas de viña en los municipios de Tijarafe y Puntagorda y maduraba sus mostos en unas cuevas en la montaña de Bellido. Los primeros varietales de sus vinos, todos

autóctonos, fueron en blanca Listán y Albillo y en tinta Negramol y Prieto Picudo. Desde un principio, se acogieron a la Denominación de Origen La Palma, contribuyendo además a su creación.

Con el transcurrir de los años, fueron promoviendo el cultivo de la vid y adquiriendo uva de otros productores, aumentando paulatinamente su producción, aunque se pusieron un límite de cien mil botellas al año.

En el año 2022 fue la tercera bodega en producción de la isla. Su mercado es fundamentalmente insular, también se vende en Tenerife

y Las Palmas, donde sus vinos de Tendal, son muy demandados en la restauración, incluyendo más de un restaurante con estrella Michelin.

Curiosamente, sus vinos tienen más aceptación en Estados Unidos y Australia que en la península.

En los últimos años, están experimentando con otros varietales y además hacen vinos espumosos, ecológicos, una nueva gama de vinos “raros”, llamada O’Daly e incluso envejecen algunas botellas bajo el mar.



La Suerte...

Tras más de veinte años en que la Bodega iba viento en popa, creciendo de forma sostenible y beneficiando la economía de la zona noroeste de la isla, la suerte cambió.

Como es de todos conocido, entre septiembre y diciembre del año 2021, se produjo la erupción del volcán Tajogaite, al sur del municipio de El Paso. La más larga de la Historia y la más virulenta conocida desde el Siglo XVI.

Dicha erupción provocó miles

de evacuaciones y afectó muy seriamente a todos los municipios occidentales de la isla. Los depósitos de ceniza, durante casi tres meses, perjudicaron la producción agrícola, asfixiando literalmente plataneiras y vides.

Se tuvo que trabajar duramente y se consiguió una buena vendimia en el año 2022.

La familia Magán Castro respiró aliviada y se mostró esperanzada en la continuidad de su Bodega, pero el azar volvió cabezonamente a castigarles.

En la madrugada del 15 de julio, un incendio, supuestamente, en un contenedor en la carretera se extendió a zonas de matorral, cultivos, pinar y alguna vivienda y poco después se volvió incontrolable.

Mientras escribo estas líneas, leo la noticia de que doce días después, se ha reactivado en la Caldera de Taburiente, nuestro singular Parque Nacional.

Hasta el momento, ha afectado a más de 4700 Has, hubo que evacuar muchas viviendas y



*Vendimia, 2022*

una veintena de edificios fueron afectados por las llamas.

Entre esos edificios se encontraba la Bodega familiar. A la vista de las imágenes, ha quedado en un estado lamentable. También se han quemado cuatro de las cinco parcelas de viñedo.

Pese a que se ha perdido la mayor parte del vino almacenado, en lo más profundo de la cueva se han salvado unos cientos de botellas, a las que se harán las pertinentes pruebas de control de calidad, antes de comercializarlas.

Las botellas sumergidas en el mar, de momento tampoco se podrán recuperar, pues se encuentran bajo un par de metros de la ceniza depositada en el mar por el volcán.

El Final Feliz...

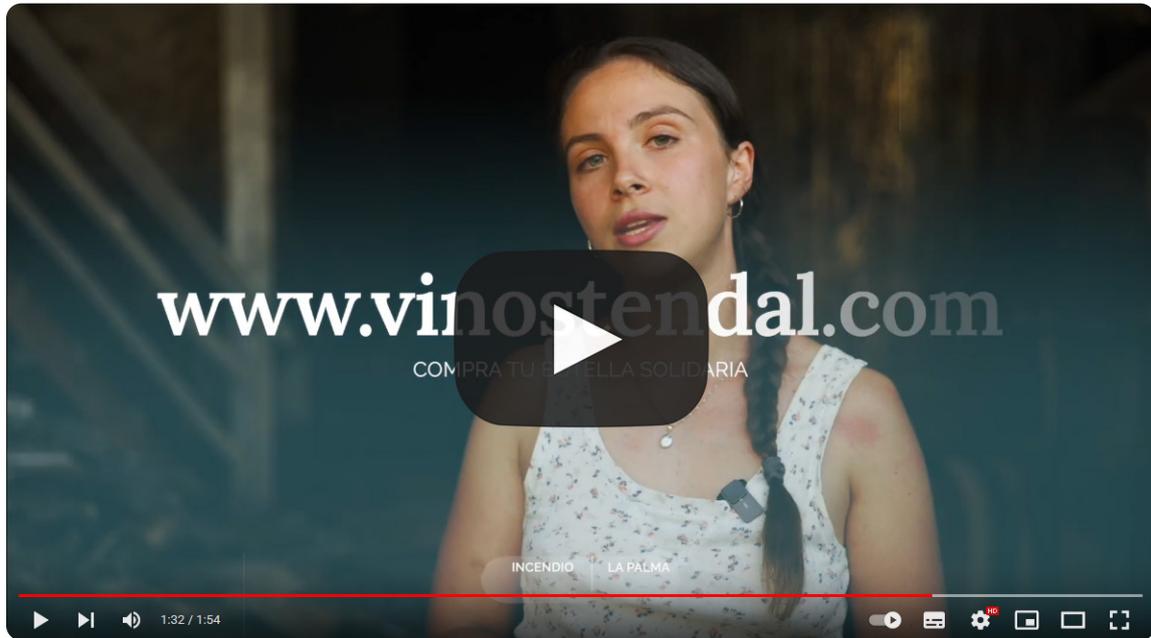
El final feliz está en nuestras manos. Queremos y necesitamos que la Bodega que elabora esos fabulosos vinos de Tendal y O'Daly, resurja de sus cenizas cual Ave Fénix.

El Ayuntamiento ha cedido una nave provisionalmente para la Bodega y el Cabildo está también colaborando, proveyendo de maquinaria para la puesta en marcha y reanudación de actividad.



*Erupción del Tajogaite oct 2022,
La Palma
cadena SER*

Botellas rescatadas.



Video de la iniciativa solidaria, youtube. (click para verlo)

Pero tú también puedes colaborar.

La familia ha puesto en marcha la iniciativa de poner en venta las botellas que han podido salvarse, bajo el nombre de “**compra una botella solidaria**”.

Las botellas son de la marca O´Daly, las de mayor calidad de la Bodega.

Los detalles de la iniciativa solidaria se encuentran en la web de la Bodega

www.vinostendal.com

La familia Castro Magán, superando las adversidades, va a darlo todo para que podamos seguir degustando sus magníficos vinos, aportemos nuestro granito de arena, para que esta bonita historia de amor y lucha, tenga un Final Feliz...



Bodega Castro y Magan S.L.
Vinos Tendal

Dirección:
Cam. La Ermita, 38780 Tinizara,
Santa Cruz de Tenerife

Teléfono: 626 485811
Web: vinostendal.com



O'Daly "500 Noches"

Mi historia comienza en lo alto de Los Redondos, donde con mucho esfuerzo y sudor se logró que naciese y madurase. Aún recuerdo las increíbles noches bajo las luces serpenteantes del cielo y la suave brisa que me acariciaba bajo una parra por el día. Sin embargo, en una mañana de vendimia, llegó el momento en que debía emprender el importante viaje para el que estaba destinada.

Ya bajo techo, donde iba a ser mi hogar por mucho tiempo, me transformaron en un exquisito jugo con mucho mimo y pasión. Nunca imaginé cambiar tanto en tan sólo 500 noches, en una cueva fría pero cálida al mismo tiempo. Las visitas diarias de Constan me despertaban todas las mañanas, y él con ilusión se acercaba y me decía "duerme tranquila y ya verás a Nancy agradecida".

Pero un día todo cambió. En el fatídico 15 de julio, mi hogar lo destruía un fuego abrasador que me dejaba sin aliento, y yo, aguardando con desespero la llegada de mi balletero, no me quedó de otra que hacerme tan fuerte como el acero.

Tres días pasaron cuando desperté, y a una voz conocida a lo lejos le rogué. Enseguida, una centella se acercaba a mi encuentro. Era Diego. A mis compañeras y a mí nos miraba con admiración y respeto. Pronto supo colocarnos a nuestros puestos. Llenas de esperanza, Nancy y María nos aguardaban para prepararnos en la tarea que nos fue encomendada. A mí me mimaron unas finas y delicadas manos, pero no sólo eran las de ellas, también eran las de muchas personas que estaban allí ayudando.

Cuando llegó el momento, me despedí de aquella bella familia, a los que siempre les estaré eternamente agradecida.

Ahora, por rumbos del destino me encuentro en tus manos y sólo tú podrás escribir como termina la historia de mi vida:

Botella Solidaria y pergamino adjunto.

CONTINUACIÓN

Después el primer momento, como ya apuntaba, los cuatro miembros de la familia Tendal, junto con la colaboración de muchos amigos, se pusieron manos a la obra a recuperar la bodega.

Las condiciones ambientales del pasado verano, hicieron que hubiera de adelantarse la vendimia, para lo que se acondicionó con urgencia la nave proporcionada por el Ayuntamiento.

Poco a poco se fue adquiriendo el material necesario para

la elaboración del vino (depósitos, mangueras, prensa, bombas...).

El proyecto de "La botella solidaria" fue viento en popa, llegando botellas incluso a recónditos lugares del norte de Europa.

La vendimia fue muy bien, con la salvedad de que la producción fue menor, debido a que en el incendio, se quemó alguna parcela plantada con vides.

Se embotelló casi con normalidad y la Campaña Navideña fue buena, mejorando su pro-

moción con la organización de un sorteo.

Cuando esta revista vea luz, la familia Castro estará en Barcelona, asistiendo al importante Congreso "Vinos Off the Record", con presencia de 52 bodegas que elaboran vinos atípicos. La promoción de sus vinos avanza en el buen sentido.

Sin duda, la fuerza, el tesón y la capacidad de trabajo de esta familia hará que Bodegas Tendal resurja de sus cenizas cual Ave Fenix y tenga un exitoso futuro, pese a que la fortuna les fue adversa en 2023.





GASTROÑAM