

# GASTROÑAM

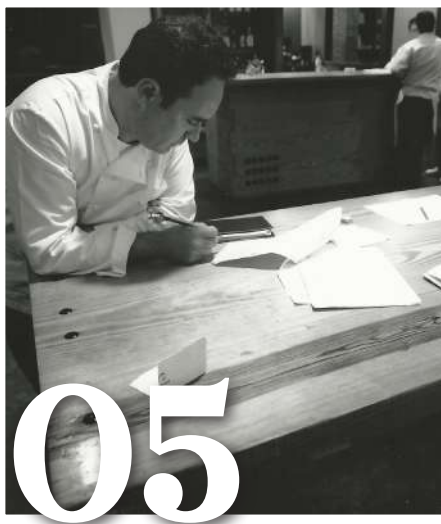
Revista de Gastronomía Española

Número 17 / Abril 2025

TURISMO GASTRONÓMICO | RESTAURANTES | VINOTECA | CULTURA DE GASTRONOMÍA



# Sumario

**05****09****17****20****22****24****05****GRANDES PERSONAJES EN LA HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA/3***Antón Bernabeu***09****LOS VINOS Y EL MAR***El Catacaldos***17****EN BUSCA DE LA SETA DE PRIMAVERA***Gastrocharlie***20****DE LAS KOKOTXAS***Alfonso de la Hoz***22****LA RECETA SECRETA***Enrique Cubeiro***24****SIN CONTEMPLACIONES***Santi de Paul*



**COORDINADOR DE CONTENIDOS:**  
Carlos Hernanz

**COLABORADORES:**  
Antón Bernabeu  
Santi de Paul  
Gastrocharlie  
El Catacaldos  
José Antonio Fidalgo  
Fernando Rueda  
Alfonso de la Hoz  
Enrique Cubeiro




[www.gastroñam.es](http://www.gastroñam.es)

Revista GastroÑAM nº17  
de ABRIL de 2025

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 imágenes que requieran  
atribución, se mencionarán en los  
contenidos de la revista.

Diseño y maquetación: Bold Zebra Studio 

25

**RECETA ANCESTRALES***Mabel Scharfhausen*

26

**RECETA: ARROZ CAMPERO DE PATO***Coqui Rey*

27

**FESTIVAL DEL ERIZO EN ERICEIRA***Carlos Hernanz*

32

**LES HISTORIES DE FIDALGO***José Antonio Fidalgo*

34

**RUTA ARTGONUTS***La Ruta Imperdible del Torrezno*



### ¡Por fin comienza la primavera tras el mes de marzo más lluvioso desde que hay registros!

Esa agua que resultó cansina e hizo daño, finalmente dará sus frutos y será beneficiosa. También los recibirás leyendo *GastroÑam*, una revista entretenida y seria a la vez, con interesantes secciones y con un tratamiento profundo de temas importantes relacionados con la gastronomía.

Este mes que termina, se ha celebrado el Campeonato Mundial de Torreznos que por segundo año, gana un bar maño. También el Campeonato a la mejor hamburguesa de España, 450 establecimientos y un leonés se ha llevado el trofeo. Por otro lado, el Concurso de la Gamba Roja de Denia, sorprendentemente, lo ganó un restaurante de Ávila. Al Festival Internacional del Erizo en Ericeira asistí y os lo relato en una Crónica.

Interesantes reflexiones de Bittor Arguinzoniz en una entrevista en el auditorio del Basque Culinary Center sobre el presente y sobre su futuro y el de Etxebarri, en las que afirma que para él la cocina no es una competición. Le basta con hacer las cosas bien y los premios y galardones no le importan en absoluto.

En este número, Antón con magistral solvencia, nos presenta la penúltima entrega de su ensayo, situándonos en la época contemporánea, siglo XX básicamente, Nouvelle Cuisine, Nueva Cocina Vasca y la revolución bulliniana. Este artículo constituye la pieza maestra del número de abril, no puedes perderte su análisis sobre la creatividad y su velada crítica por contraste a “pavos reales” que presentan creaciones vacías de sentido, mientras los comensales se convierten en estatuas de cartón piedra o marionetas, manejadas a su antojo por los “reputados” chefs. Agradecimiento especial a la Real Academia de Gastronomía por su intermediación para conseguir algunas ilustraciones y a ElBullifoundation por su autorización para publicarlas.

El Catacaldos nos presenta este mes “Los vinos y el mar”, un artículo particularmente de mi gusto, por mi relación profesional con el MAR y por que me apasiona el pescado y el marisco y el autor nos habla de su maridaje.

Y hablando del mar, Alfonso escribe sobre las kokotxas y el épico restaurante gaditano Atxuri.

Gastrocharlie hace un homenaje a la primavera con una jornada de caza del preciado perrechico. Quique presenta un divertido relato en el que nos mezcla la IA, con la cocina de las abuelas y con un final inesperado. Santi nos deleita con uno de sus románticos relatos, pero en esta ocasión “sin contemplaciones”. En Ancestrales presentamos una receta muy muy antigua de la saga Sharfhausen, combinando dos entrantes. Coqui vuelve con otra maravillosa receta de caza. Y Fidalgo mantiene su línea de platos tradicionales, en esta ocasión algo tan apetecible como las ancas de rana y los caracoles.

La segunda ruta gastronómica que podremos disfrutar en la App Artgonuts nos lleva por los mejores establecimientos de Castilla y León para degustar nuestras particulares barritas energéticas, los torreznos.

Pero dejémonos de rollos, estrenemos la manga corta, salgamos al parque a escuchar los trinos de los pajarillos felices con el sol y las excelentes temperaturas, cojamos un cómodo banco y a DISFRUTAR de *GastroÑam*. ¡Qué usted lo pase bien!



**Carlos Hernanz**

Coordinador de contenidos



Antón Bernabeu

## GRANDES PERSONAJES EN LA HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA/ 3

Copyright y fotografía: Arxiu elBullifoundation autor Desconocido

Continuando con esta serie llegamos al siglo XX. El de las dos grandes guerras, los avances científicos y la globalización, que van a impactar enormemente en la gastronomía. Primero, provocando la revisión de la herencia de Escoffier, y, finalmente, alejando a Francia de su histórico protagonismo. Para que esto ocurriera fueron necesarios personajes que invitaran a la reflexión y prepararan el terreno, como el periodista y escritor **Curnonsky (1872- 1956)** y cocineros que revisaran la tradición desde un nuevo punto de vista como **Fernand Point (1897- 1955)**.

Curnonsky, cuyo nombre real era Maurice Edmond Sailland, fue otro personaje excesivo, agudo y divertido. Publicó más de 60 obras, entre las que destacan los libros *La France gastronomique* (28 volúmenes, precursora de las actuales guías gastronómicas), *Éloge de la table*, *Le trésor gastronomique de France* o la revista *Cuisine et Vins de France*. Gozó de una inmensa popularidad en París y en 1927 fue nombrado príncipe de los gastrónomos por más de cinco mil anfitriones y cocineros. Fundó la Academia de Gastrónomos y recibió la Legión de Honor. Dueño de un apetito a la altura de su inmenso físico, se levantaba avanzado el día y su única comida era la cena.

Curnonsky defendió toda su vida una cocina sencilla, lejos de artificios, y fue valedor de la rica cocina

regional francesa frente a la sofisticación de ciertos restaurantes parisinos. “Las cosas han de tener el gusto que les es propio”, decía. Su postura, inquebrantable, abrió la puerta a la evolución de la cocina tras la Segunda Guerra Mundial.

Fernand Point fue el precursor del moderno cocinero de éxito. Su padre regentaba un restaurante en Louhans, en el que aprendió de la mano de su madre y su abuela. Continuó su formación en París, en los restaurantes Foyot y Bristol, desde donde marchó al Royal en Evian. En 1925, tras la mudanza del restaurante familiar a Vienne, cerca de Lyon, Fernand se puso a su cargo, rebautizándolo como La Pyramide. Fue el primer restaurante en ostentar las tres estrellas Michelin y se convirtió en el destino ineludible de su época, contribuyendo a sacar la alta cocina de las grandes ciudades. Otro personaje de físico abrumador, empedernido bebedor de champagne, cuya simpatía y calidez como anfitrión contribuyeron a su leyenda.

Su credo gastronómico se plasmó en platos aparentemente sencillos, pero de gran complejidad técnica, la relevancia de las salsas en sus composiciones, la búsqueda de la pureza y el equilibrio en los sabores y la importancia de la presentación y los detalles del servicio, como la mantelería o la vajilla.





*The Beginning Stages of Fernand Point* por Michelle Ochs, licenciada bajo CC BY-NC-ND 2.0.

Su restaurante fue una escuela para una nueva generación de cocineros franceses, sentando las bases de lo que más adelante se conocería como la Nouvelle Cuisine. Entre los discípulos de Point se encuentran **Paul Bocuse (1926- 2018)**, los hermanos **Jean (1926- 1983)** y **Pierre Troisgros (1927- 2008)**, **Alan Chapel (1937- 1990)** o **Louis Outhier (1930- 2021)**.

Las premisas de este movimiento revolucionario fueron promovidas por **Henri Gault y Christian Millau**, creadores de la guía Gault Millau, en 1972. Tras los duros años de la guerra, a la sombra de los escritos de Curnonsky y de la gran figura de Fernand Point, una nueva generación de cocineros rompe con los excesos y pomposidad del pasado, Escoffier deja de ser la referencia. Los nuevos chefs siguen preceptos dietéticos, buscarán la ligereza y la sencillez en las elaboraciones, rebajarán las grasas y la pesadez en las salsas, de las que se elimina el harina como espesante. Las cocciones serán más breves, la despensa se abrirá a productos de otras latitudes y se promoverá la creatividad, que no debe enmascarar los sabores. Y los platos son servidos en la cocina, se prescinde de bandejas y se rompe con pesados rituales en la sala. Algunos de estos elementos persisten hoy en día, como la obsesión por el producto, la mirada puesta en digestiones menos pesadas y los puntos de cocción. Se pone en valor la tradición regional y el acervo rural.

Además de contar con la inestimable promoción de Gault Millau, el movimiento fue encabezado por un cocinero de enorme personalidad: Paul Bocuse.



*Menestra.png* by Ferran Adrià is licensed under CC BY-SA 4.0

Su vitalidad iluminó un mundo tristón y decaído, marcando el camino a una nueva generación de chefs que revolucionó la cocina. De estirpe hostelera, se formó en La Pyramide de Point y en París, en el Lucas-Carton y en el Lapérouse. En 1952 se establece en el restaurante familiar en Collonges, cerca de Lyon. Fue el gran embajador de la cocina francesa, impartiendo cursos y conferencias por todo el mundo. En 1975 recibe la Legión de Honor de manos del presidente de la república, Valéry Giscard d'Estaing, ocasión para la que concibe la mítica sopa de trufas.



*Paul Bocuse 2007 -2.jpg* por Alain Elorza is licensed under CC BY 2.0

El concurso Bocuse d'Or, ideado por él, permanece como el campeonato mundial de cocina oficioso. Fue nombrado mejor cocinero del siglo por Gault Milleu y por el Culinary Institute of America.

Bocuse no llega a identificarse plenamente con la Nouvelle Cuisine, de la que llega a oficializar su defunción en 1982, tildándola de moda que sucumbe finalmente a la tentación de inventar por inventar. No le faltaba razón entonces, ni le falta razón ahora.

Otros cocineros destacados dentro de este movimiento además de los discípulos de Fernand Point son **Michel Guérard (1933- 2024)** y **Alain Senderens (1939- 2017)**.



Cocineros en Londres: Ferrán Adrià, Juan Mari Arzak, Andoni Aduriz, Joan Roca" por koldo está licenciada bajo CC BY-NC-ND 2.0.

En el País Vasco surge poco después un movimiento reflejo de lo que venía sucediendo en el país vecino. Se denominó Nueva Cocina Vasca. Sus principales protagonistas son **Juan Mari Arzak (1942- )** y **Pedro Subijana (1948- )**. En 1976 entablan ambos amistad con Bocuse, lo que les permite conocer de primera mano la transformación que estaba viviendo la gastronomía gala. La pareja se convirtió pronto en grupo, incorporando a otros cocineros vascos como **Ramón Roteta, Patxi Quintana, José Juan Castillo, Manolo Iza, el maestro Luis Irizar** o, algo más adelante, **Karlos Arguiñano**. Promueven el regreso a las recetas clásicas de la tierra, los productos de temporada y la simplicidad en las elaboraciones. La cocina vasca se convierte en un referente internacional.

Lo sucedido en los años 70 del siglo pasado puede parecernos poco desde una óptica actual, pero rompe radicalmente con lo que era la cocina hasta entonces: replicar constantemente recetarios de referencia. Surge la cocina creativa. Se sientan las bases para la revolución que protagonizaría a final de los años 90 Ferran Adrià.

Todo se gesta en un pequeño restaurante situado en Cala Montjoi, en Roses, Girona. El Bulli comienza en 1961 como el bar de un minigolf, propiedad del matrimonio alemán **Hans y Marketta Schilling**. Ella era una apasionada de los bulldog franceses, de cuyo nombre deriva la palabra bulli, y cuya estampa se convertiría con el tiempo en el logotipo e imagen del restaurante. El bar fue evolucionando, se convirtió en un grill y, en 1975, bajo la dirección de **Jean Louis Neichel**, pasa a un plano más sofisticado, inspirándose en la Nouvelle Cuisine, para alcanzar su primera estrella Michelin en 1976. En 1981, **Juli Soler (1949- 2015)** se incorpora como director y, de la mano del chef **J. Paul Vinay**, el restaurante consigue la segunda estrella. **Ferran Adrià (1962- )**, con una formación en hostelería bastante limitada, entra en 1983 como Jefe de partida. En 1984 es ya Jefe de Cocina junto con **Christian Lataud**, y en solitario desde 1987. La ciega confianza de Soler en Adrià y viceversa generan el caldo de cultivo perfecto. La tercera estrella cae en 1997, surge la leyenda.

El punto de partida de todo fue el exhaustivo conocimiento del recetario clásico francés y de la ortodoxia culinaria. Desde aquí, Ferrán, estimulado por Juli, y acompañados por aquellos de los que supieron rodearse, empezaron a cuestionarlo todo. La creatividad pasó a convertirse en lo principal, "la creatividad es no copiar". Se creó un menú cada temporada. La temporada se redujo a seis meses para poder crear los otros seis, amenazando la rentabilidad del restaurante. "La vanguardia viene de la guerra, de los que están delante, de alguien que quiere que le maten. La vanguardia eran los locos", declara Adrià. Se montó un taller de I+D, donde se documentó exhaustivamente todo su proceso creativo. La experiencia en El Bulli saltó del gusto al resto de sentidos. Se incorporó la química, la tecnología o los diseñadores industriales para proporcionar "vajillas, cristalerías o vehículos" específicos para cada creación. Aparecieron técnicas





inéditas o adaptadas de otros ámbitos, como las deconstrucciones, los aires o las esferificaciones. El servicio, desde un planteamiento más casual, ganó en precisión a la hora de servir y explicar creaciones revolucionarias. El pequeño restaurante de Rosas se convirtió en un semillero de talento, en el que fueron formándose quienes están llamados a protagonizar las cocinas del mundo en la siguiente generación. Cinco veces mejor restaurante del mundo. Y todo ello amplificado por los medios, la icónica portada en el New York Times desata el fenómeno globalmente. Pero todo tiene un coste. El Bulli cerró como restaurante el 30 de julio de 2011 para convertirse en El Bulli Foundation. La auto exigencia y la necesidad de superarse a sí mismos en términos de creatividad, así como la dificultad de gestionar un restaurante que cada temporada podía sentar tan sólo a 7.000 comensales (cuando recibía dos millones de peticiones de reserva) llevaron a la sorprendente decisión.

Analizando el legado de Ferran Adrià aparecen muchos aprendizajes. La creatividad es un ejercicio extenuante, difícil de sostener en el tiempo. No había precedentes. Y hablamos de creatividad bien entendida, como la que encontramos en **Disfrutar** o en **Enigma de Albert Adrià**, ambos casos puro ADN bulliniano. La mal entendida, desgraciadamente, prospera con ejercicios vacíos de sentido, chefs endiosados y comensales invitados de cartón piedra a eventos donde el mundo gastronómico se celebra a sí mismo sin ningún sentido ni pudor. Donde antes en los congresos el gremio compartía y crecía conjuntamente, ahora desfilan pavos reales. El hechizo de Cala Montjoi atrajo a muchos jóvenes a las escuelas de cocina, que se han profesionalizado inmensamente, como el **Basque Culinary** o el **MACC** en el que está involucrado el propio Adrià. Tenemos la generación de cocineros mejor formada de nuestra historia, de lejos. Pero como hemos visto también en el caso de la Nouvelle Cuisine, a cada revolución le sigue un proceso de cuestionamiento. Encontramos respuestas como la cocina de proximidad, el km0, la vuelta a las raíces, las brasas, la cocina vegetal, los restaurantes temáticos... Todos aquellos que han trabajado con Ferran comparten que con él aprendieron a cuestionarse todo, pero con sentido. Y quizás es el sentido lo que se echa en falta hoy en día. "Mi legado es hacer pensar a la gente a la hora de cocinar".

En cualquier caso, Ferran Adrià nos ha dejado multitud de técnicas innovadoras que hoy son de uso habitual.

También apadrina las metodologías detrás de la innovación, de las que ahora es embajador. Sus creaciones son hoy, todavía, increíblemente vanguardistas. Desde El Bulli Foundation su labor divulgadora es incansable y su espíritu creativo permanece en manos de gente como su hermano, **Oriol Castro**, **Eduard Xatruch**, **Mateu Casañas**, **Andoni Aduritz**, **José Andrés**, **Massimo Bottura** o **René Redzepi**. Como él mismo reconoce, a su revolución le ha faltado una buena etiqueta. Propuestas no han faltado: cocina de vanguardia, tecnoemocional, experimental, molecular, técnico-conceptual, "nueva nouvelle cuisine"...

**Estoy convencido de que, con el tiempo, ese nombre llegará para reconocer su lugar en la historia de la gastronomía.**



Copyright y fotógrafo: Arxiu elBullifoundation autor Desconocido





El Catacaldos

# LOS VINOS Y EL MAR

Al hablar de los vinos y el mar, siempre nos viene a la cabeza la salinidad y mineralidad de este, y la forma de poder maridar los productos que de él salen, con vinos adecuados. Por eso hemos de tener en cuenta siempre la potencia de sabor y la textura del producto para poder definir que vino le va mejor a estos.

Dentro del mundo de los pescados, normalmente encontramos pescados mas o menos grasos, como el bonito, atún, rape, caballa, pez espada ... etc. Al ser sabores más fuertes, y carnes más prietas, nos lleva a buscar blancos intensos o incluso tintos con crianza o reserva. En los pescados blancos, al tener un sabor más leve y una carne con menos grasa, nos decantaremos por los vinos blancos jóvenes, y algún tinto ligero o con maceración carbónica.

Para el marisco, también hemos de diferenciar piezas y sabores. La langosta, gambas y cangrejos, suelen tener un sabor más dulce, por lo que un vino blanco joven, seco y con buena acidez le vienen de maravilla. Las ostras, percebes, erizos tienen un sabor salino, yodado más alto, por lo que un blanco con algo de lías o barrica marida a la perfección con ellos.



Las algas son un alimento que cada vez más se está introduciendo en nuestra cultura, gracias a su uso cada vez mayor en la cocina actual, y la democratización de las cocinas del mundo. Al existir miles de algas diferentes, también tenemos que diferenciarlas según el tipo de sabor y su textura. Las más conocidas son el alga nori y la lechuga de mar por su uso en la cocina japonesa, y su plato estrella, el sushi. Al ser más delicadas y suaves un buen blanco seco con acidez es el vino que mejor iría con ellas. Si vamos a comer algas más intensas, tendremos que ir a vinos blancos con crianza, o incluso algún tinto con mucha mineralidad.

Estas sugerencias de maridaje son básicas, lo que tenemos que intentar siempre con este tipo de comidas, es encontrar vinos que nos limpien la boca con cada bocado, y nos la preparen para

el siguiente. Para ello existen también vinos muy versátiles como el cava, champagne o incluso los vinos finos o manzanillas.

Aprovechar estas sugerencias para experimentar y disfrutar con la rica gastronomía que tenemos en España, que seguro encontrareis el vino perfecto que maride con cada plato según vuestros paladares

Y recordar lo que siempre os digo, 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.*





# ALCEÑO BLANCO FERMENTADO EN BARRICA

Blanco, 2023

UVA: 100% Sauvignon Blanc

BODEGA: Bodegas Alceño

ZONA: Jumilla (Murcia)

D.O.: DOP Jumilla

PVP: 8-10€

Catado en copa Zwiesel



La uva Sauvignon Blanc se adapta muy bien a los terrenos de altura, y gracias a ello ofrece unos vinos muy frescos y aromáticos. Por eso Bodegas Alceño aprovechó las zonas más altas que tiene, para plantar las vides con las que se hace este vino.

Son unas vides cultivadas en secano, con muy bajos rendimientos, y con un riego por goteo únicamente como apoyo para tener una producción más equilibrada. El suelo es franco arenoso en las zonas más bajas de la parcela y, es pedregoso y calcáreo en las partes altas. Tiene un clima mediterráneo-continental, caracterizado por sus inviernos fríos y veranos calurosos. Además, es una zona muy seca con una pluviometría muy baja.

A principios de septiembre es cuando se vendimia, realizando una selección de las uvas en el propio viñedo. Cuando llega la uva a la bodega se despalilla y se introduce directamente en la prensa, donde se realiza una criomaceración a 10-12° durante 6-8 horas, posteriormente se prensa, aprovechando solamente el mosto obtenido a una presión máxima de 1 kilo. Con el mosto, se realiza un desfangado estático y se pasa a fermentar a barricas de 300 litros nuevas de roble

francés. Cuando termina la fermentación se realiza un trasiego a las mismas barricas con las lías finas, realizando un batonnage a la semana durante tres meses, con esto se consigue complejidad aromática, frescura, equilibrio y profundidad en boca. El paso por barrica le aporta longevidad lo que lo hacen ser un vino apto para guarda. Una vez pasados estos meses de crianza, se embotella, donde se afina por unos meses antes de su comercialización.

---

**Vista:** Amarillo pajizo, ribete dorado, lágrima media.

**Nariz:** Fruta tropical madura, mango, piña, cítricos, tostados, caramelo, herbáceos, heno, hinojo.

**Boca:** Fresco, untuoso, goloso, fruta madura, tostados leves, especias dulces, herbáceos, cítricos, pomelo, finos ahumados y persistente final.

**Maridaje:** Pastas, arroces, mariscos, pescados blancos y azules, carnes blancas y rojas, cocina asiática y peruana.



### Dirección

C. Duque, 34, 30520 Jumilla, Murcia

### Teléfono:

968780142

### Web:

<https://alceno.com/>

**B**odegas Alceño es una bodega de tradición familiar, que se remonta al año 1870, y se encuentra situada en el centro de Jumilla, siendo la más antigua y la primera bodega en comercializar los vinos de la zona. Fundada por Roque Martínez y 2 socios más, la bodega se fue adaptando poco a poco a las exigencias de los mercados con el paso del tiempo, y mientras pasaba de padres de hijos.

Es en el año 2011 cuando la bodega se vende a la Familia Bastida, cambiando el nombre a Bodegas Alceño, aportando sabiduría nueva y adaptando los vinos al consumidor y mercados actuales, sin perder la herencia y filosofía de la bodega, que los había hecho tan famosos. Las parcelas que manejan tienen una gran diferencia de altitud, que van desde los 400 a los 950 metros, ascendiendo gradualmente en valles paralelos de sur a norte. Bodegas Alceño, no solo tiene viñedos propios, sino que controla numerosos viñedos de varios agricultores. En estos realiza constantemente controles y trabajo de campo, que generación tras generación les permite disponer de unas uvas de diferentes variedades, altitudes, edades y suelos, para conseguir vinos de alta calidad. Los suelos son principalmente, calcáreo pedregosos, franco arenosos y arcillosos. El cultivo de secano es del 80%, estando la mayoría de los viñedos en vaso, los rendimientos son muy bajos debido a la baja pluviometría, y al clima, con inviernos fríos y veranos calurosos.

Estas son unas condiciones inmejorables para poder desarrollar el cultivo ecológico, ya que uno de los

pilares importantes de la filosofía de la bodega es la protección del medio ambiente. Su filosofía e identidad es mantener la tradición, desde el cuidado y control en el viñedo de una forma sostenible, cuidando minuciosamente todos los trabajos y procesos en bodega de una forma natural hasta el embotellado final de los vinos.

En los últimos años, adaptándose a los tiempos y tendencias del mercado, están variando el concepto de elaboración monovarietal, enfocado sobre todo a la variedad autóctona que los representa como es la Monastrell. Produce además vinos a partir del coupage de variedades como Tempranillo, Syrah, Garnacha, Garnacha Tintorera, Cabernet Sauvignon, en tintas y Sauvignon blanc, Verdejo, Airen y Macabeo en blancos, no descartando Rosados, dulces con carbónico natural, etc. y es la primera bodega en Jumilla en elaborar el primer método Champanoise Rosé de Monastrell, El actual equipo de gestión y técnico de la bodega está dirigido desde 1997 por el enólogo D. Juan Miguel Benítez García, una persona inquieta y amante de su tierra, que no ha cejado en su empeño de experimentar nuevos vinos con los que irrumpir de forma firme y decidida en el mercado nacional e internacional.

Su capacidad de adaptación al tiempo y los cambios en los mercados ha sido muy rápida, siempre intentado conseguir la máxima calidad y personalidad en sus vinos. Para ello cuentan con una capacidad de 3.500.000 de litros de los cuales el 75% es hormigón, 15% Roble y 5% acero inoxidable, contando también con toneles y conos del año de la fundación de la bodega.

Bodegas Alceño está en continuo crecimiento, adaptándose a las nuevas certificaciones de calidad y exigencias del consumidor, pero sin olvidar su pasado y su historia. Siguen trabajando sus viñedos con el mayor cuidado posible, para que conserven sus características y obtengan un vino lo más respetuosamente posible con el medio ambiente, y ofreciendo la mayor calidad requerida por el mercado.



# ALMARINA ESPECIAL BARRICA

Blanco, 2023

UVA: Verdejo y Sauvignon Blanc

BODEGA: Dehesa del Carrascal

ZONA: Alpera (Albacete)

D.O.: Vino de la Tierra de Castilla

PVP: 17-19€

Catado en copa Zwiesel



Almarina es un vino que nace en unos viñedos viejos de las variedades Verdejo y Sauvignon Blanc, cultivadas en ecológico y en seco, a unos 900 metros de altitud sobre el nivel del mar, dentro de la Finca Dehesa del Carrascal, en la localidad de Alpera, Albacete.

El cultivo de estas variedades se realiza en suelos profundos, arenosos con grandes cantidades de caliza. Es una zona que tiene un clima continental con toques mediterráneos, que se caracteriza por unas lluvias muy escasas, que no llegan a los 350mm, inviernos fríos donde pueden alcanzarse fácilmente los -6° y veranos secos y calurosos, pasando muchas veces los 40°. Esto da como resultado pequeñas producciones, inferiores a 3.000 kg. /Ha. que definen la calidad de este vino.

La vendimia suele hacerse en el mes de septiembre, con el fin de conseguir una uva lo más sana posible. Los racimos, al ser vendimiados en su punto óptimo de madurez, llegan a la bodega durante tempranas horas de la mañana, con las temperaturas más bajas del día. De esta forma se aseguran de que la uva llega a la bodega en perfecto estado sanitario. Una vez que entran a bodega, la uva es despallada y estrujada con una protección de nitrógeno, haciendo una maceración pre-fermentativa en frío a 10° C,

durante 24 horas. Se realiza un sangrado de mosto yema, suave y se desfanga, pasándola a un depósito de acero inoxidable donde realiza la fermentación alcohólica durante 10-15 días. Al acabar este proceso se trasiega a barricas de 500 litros de Roble Francés en las que permanece contacto con las lías finas, con removido y homogenización para obtener la suavidad y volumen en boca durante 6 meses. Posteriormente el vino se clarifica, filtra y estabiliza, antes de pasar a su embotellamiento, donde se afinará durante otros 6 meses antes de salir al mercado.

**Vista:** Amarillo verdoso, ribete dorado y lágrima media.

**Nariz:** Fruta blanca, manzana, pera, maderas finas, especias, pimienta, clavo.

**Boca:** Fresco, goloso, fruta blanca madura, melocotón, herbáceos, hinojo, maderas finas, cítricos, lima, persistencia media.

**Maridaje:** Arroces, pescados, mariscos, embutidos, verduras, carnes blancas, comida asiática, peruana.

**Dirección**

02691 Bonete, Albacete

**Teléfono:**

671286359

**Web:**

<http://vinoselcarrascal.com/>

La tradición vinícola de Bodega Dehesa el Carrascal se remonta a 1962 cuando la familia inicia su andadura en el noble arte de elaborar vino bajo la dirección de su fundador, Don Arsenio García Cañada.

A comienzos de este siglo se inicia la construcción de la bodega entre los pequeños municipios de Alpera y Bonete, dónde se comienza a elaborar un vino de gran calidad, siempre proveniente de sus viñas viejas, algunas de ellas con más de 50 años de antigüedad. Cuentan con 300Ha de viñedo propio a la orilla de la Sierra del Muñón, caracterizada por tener una altitud comprendida entre los 900 y 1000 metros por encima del nivel del mar.

La tierra es muy rica en caliza y pobre en materia orgánica, alternando partes de tierra con poco sustrato y pedregosas, con otras más arenosas y profundas. Es una zona con un clima mediterráneo con influencia continental con más de 2900 horas de sol al año, precipitaciones escasas, donde las medias anuales se sitúan por debajo de los 350mm. Los veranos son secos y calurosos, con unas temperaturas que pueden pasar los 40 °C. Los inviernos sin embargo son fríos y largos con heladas nocturnas, alcanzando los -6 °C.

Este contraste de temperatura entre el día y la noche es idóneo para el desarrollo de todos los cultivos con los que cuenta la finca, como almendros (90 Ha), olivos

(2 Ha) y cereales (600 Ha). Estos junto con las otras variedades de uva que cultivan, Garnacha Tintorera, Monastrell, Petit Verdot, Cabernet Sauvignon y Syrah, hacen una superficie total de alrededor de las 1800 Ha. Es un entorno natural, un enclave privilegiado donde convive flora y fauna autóctona.

Dada la cantidad y calidad de los terrenos, vienen apostando muy fuerte por el desarrollo de una enología y viticultura sostenible. Trabajan constantemente para elaborar y producir vinos en equilibrio con el entorno que les rodea. Los viñedos son cultivados orgánicamente, reduciendo el uso de fitosanitarios, minimizando los recursos hídricos, aportando mínimos nutrientes y con una filosofía clara de cuidado del ecosistema al cual pertenecen.

Las bodega ha ido creciendo poco a poco debido al incremento de la demanda y el reconocimiento de sus vinos, lo que los ha llevado a aumentar sus instalaciones con sala de producción, laboratorio, embotellamiento y sala de barricas, donde cuentan con casi un centenar de barricas procedentes de distintos tipos de roble (francés y americano) y tostados.

En la actualidad, la Bodega es dirigida por la segunda y tercera generación de la familia, que, junto con un equipo humano altamente cualificado para la elaboración y comercialización de los vinos, apuestan por conseguir vinos de corte moderno, con perfil mediterráneo, varietales y de estilo internacional. Vinos con identidad propia que puedan permanecer en la memoria por su gran calidad y sabor, que al beberlos te trasladen a la región donde nacen, repleta de parajes naturales y uvas sorprendentes. Ellos quieren conseguir que con cada trago de sus vinos puedas sentirte parte de su origen.



# ENTRELINDES WHITE WINE

Blanco, 2024

UVA: Airén y Macabeo

BODEGA: Bodega Entrelindes

ZONA: Villarobledo (Albacete)

D.O.: Sin DO

PVP: 9-11€

Catado en copa Zwiesel Vivid Senses



**E**ntrelindes White Wine, es un vino que procede de varios viñedos de uva airén y macabeo. Estos tienen una media de edad de unos 30 años de antigüedad, y se encuentran situados en 2 zonas diferentes. La airén la encontramos en el Paraje La Hijosa, en Socuéllamos, con 600-650 metros sobre el nivel del mar, y el macabeo en una zona denominada Macatela, en Villarobledo, con una altitud de unos 700 metros sobre el nivel del mar.

Ambos viñedos se caracterizan por tener suelos franco arenosos, ricos en caliza y pobres en materia orgánica, pero es un suelo bastante blanco, que aguanta bien la humedad, ya que tiene una zona de tosca a unos 70 centímetros, lo que le proporciona frescura. El clima que tienen ambos es un clima muy riguroso, seco y continental, con inviernos muy fríos y veranos muy calurosos.

Los viñedos se encuentran en vaso y espaldera, siendo de bajo rendimiento. Se hace una primera selección durante la poda, y luego otra mientras se realiza la vendimia en verde. A finales de agosto se vendimia el macabeo y principios de septiembre la airén, con una rigurosa selección de ambas tanto en viñedo como en bodega. La vinificación se realiza siguiendo el modo tradicional, con despalillado de uva, prensa e introduciéndolas en depósitos de acero inoxidable. Es aquí donde realiza la maceración y fermentación

alcohólica con sus lías durante unos 10-15 días. La idea de la bodega es hacer un vino fresco con un toque de complejidad y por eso el 70% del vino permanece en depósito de acero inoxidable con sus lías, mientras el resto lo dejan reposando en tinajas y barricas de roble francés. Aquí permanece entre 2 a 3 meses dependiendo del bodeguero, y una vez que observa que se encuentra en el estado correcto, proceden a realizar los trasiegos, limpiarlos de las lias, unir ambas variedades y embotellar el vino. Este permanecerá en botella varios meses para afinarse.

---

**Vista:** Dorado muy ligero, casi transparente, capa media, ligero, lágrima media baja.

**Nariz:** Fruta blanca, pera, manzana, vegetales, heno, hinojo, monte bajo, toques minerales.

**Boca:** Fresco, goloso, graso, fruta blanca, pera, salino, mineral, herbáceos, persistencia media.

**Maridaje:** Todo tipo de pescados, mariscos, algas, arroces, embutidos, verduras, alcachofas.



### Dirección

67V5+2V, 02600, Ciudad Real

### Teléfono:

650252042

### Web:

<https://vinosentrelindes.com/>

**B**odega Entrelindes es un proyecto familiar muy joven, ubicado en el corazón de Castilla-La Mancha, justo en el límite de dos pueblos y provincias. Ellos son naturales de Socuéllamos (Ciudad Real) aunque la bodega se encuentra ubicada en la localidad de Villarrobledo (Albacete). A menos de 10 kilómetros también está la provincia de Cuenca, y de esta casualidad del destino nació su nombre, una bodega en el límite de los lindes de las provincias.

La idea surgió de David Tórtola, un joven viticultor que hace más de diez años comenzó a realizar vinificaciones experimentales para explorar el potencial de los vinos que le ofrecía el viñedo familiar, caracterizado por un terruño profundo y delicado. Descubrió que estaba en entorno privilegiado para hacer vinos interesantes, gracias a las cualidades de los suelos y la vegetación que rodean la finca donde se ubica la bodega. Según él, la flora y fauna que les rodea ofrecen ese capricho natural que hacen que sus vinos sean tan peculiares. Por eso toda la producción se cultiva y procesa bajo la certificación orgánica, para respetar el entorno que les rodea y fusionarse con él, obteniendo vinos únicos.

El suelo de los viñedos se caracteriza por ser suelos franco arenosos, muy ricos en caliza y pobres en materia orgánica, marcados por una altitud de entre 600-750 metros respecto al nivel del mar. La pluviometría anual media oscila entre los 300 y 400 mm, concentrándose estas lluvias en las estaciones

de otoño y primavera. El clima es muy riguroso, seco y continental, con inviernos muy fríos, y veranos muy calurosos durante el día y frescos en la noche.

Están orgullosos de poder hacer vino con sus propias uvas, y el compromiso de buscar e interpretar la más alta calidad en sus vinos los ha llevado a recuperar variedades locales de uva que habían desaparecido por completo, con el fin de otorgar a sus vinos de la distinción que merecen. Estas variedades locales, son la Tinto Velasco, Tinto Fragoso y Moravia agria. Aparte de ellas, trabajan con variedades autóctonas como la Airén, Macabeo o la Tempranillo, y realizan crianzas en tinajas de barro y en bodega de roble francés, buscando siempre la expresión propia de cada vino.

El objetivo principal de "Entrelindes" es revitalizar la viticultura de su zona de la forma más respetuosa y bonita que se puede hacer. Trabajando los suelos de generación en generación, formándose, investigando, y junto con la experiencia heredada de sus mayores en la viticultura, emplearlo todo para realizar vinos familiares con personalidad, que hablen de su procedencia, de su suelo. Donde lo que de verdad importa es el propio vino.





Gastrocharlie

# En busca de la seta de primavera

**E**n esta ocasión nos moveremos por tierras riojanas. La seta que buscamos es la favorita de los vascos, muy apreciada en alta cocina y la que tiene más nombres vernáculos.

Asaber perretxico, bujarón, mojardón, muixardon, muchilón, usón, sisón, sanjuanera, cucumiellu blancu, blanquilla, mansarón, lansarón, nazarón, perrechico, seta de abril, seta de cuco, seta de espino, seta de mayo, seta de Orduña, seta de reguera, seta de piedra, seta de primavera, seta de rayu, susa, ziza, vizcaína, bolet de Sant Jordi, moixernó y Seta de San Jorge

Su nombre científico es *Calocybe gambosa* y anteriormente fue *Tricholoma georgii*.





Esta vez dormimos en una pequeña y rústica casa rural en Ortigosa de Cameros, nos levantamos muy temprano con intención de patear mucho monte. Desayuno ligero y partimos en dirección a Brieva. Cruzamos pinares de pino silvestre de buen porte, algunos muy cerrados y otros más abiertos, con numerosos claros que, con condiciones adecuadas, podrían ser propicios. Pero los vamos a perdonar... Atravesamos esporádicos robledales y hayedos, volvemos al pinar y pronto comenzamos el descenso a un valle donde van apareciendo fértiles prados y al fondo un cantarino arroyo, en algunas zonas en sus márgenes hay pequeñas choperas.

Los montaraces prados están salpicados de arbustos aislados con especies como el boj *buxus sempervivens*, espino albar *Crataegus monogyna*, rosál silvestre *Rosa canina*, zarzamora *Rubus sp*, enebro o sabina rastrera *Juniperus communis* y sabina, aliaga *Genista hispanica* y endrino *Prunus spinosa*. Bajo todos los mencionados es relativamente probable encontrar perrechicos, muy especialmente bajo el endrino que le aporta sombra y humedad.

También podemos encontrar la tímida seta en mitad de los prados, formando "corros de brujas", es de cir círculos de variable diámetro, desde un par de metros,

hasta algunas decenas. Ese nombre tan peculiar viene de una de tantas leyendas relacionadas con las setas. En este caso, decían que ciertas setas salían donde las brujas habían colocado sus posaderas en el transcurso de un akelarre. Llovía y a la mañana siguiente aparecían misteriosamente las setas.

Dentro de la dificultad de encontrar esta seta, hay una pista que facilita su localización. Debido a la simbiosis entre el hongo y las raíces de la hierba, el corro se distingue porque esta se pone con un color más intenso y brillante. Otras veces la química es tan fuerte que la hierba desaparece y forma lo que se denomina un "quemado". Los setales van creciendo cada año, aumentando su diámetro. Conviene recolectar las setas desde dentro hacia afuera.

Otro lugar que le "gusta" a la Seta de San Jorge son las choperas de las riberas de los arroyos, especialmente si son soleadas. En los lugares húmedos y encharcables, a veces se esconden en los matojos de hierba alta, escobones e incluso juncos.

En el blog "Silvestres Ezcaray" se describen con detalle todos estos hábitats e incluso alguno más. Su autor es Juan José Arguisjuela, Guía micológico.

Fuimos visitando todos estos micro hábitats y recolectando poco a poco setas. En este caso lo complicado es encontrar la primera. Una vez localizada, se van abriendo hierbas o aplastándolas con delicadeza y se van entresacando cuando aparecen. Normalmente cuando se identifica el patrón del corro, es decir diámetro y dirección, ya es más fácil localizarlas. Es una labor muy entretenida que requiere tiempo.





Desgraciadamente, sobre todo en el País Vasco, se ha valorado sobremanera los perrechicos de muy pequeño tamaño, sin tener en cuenta que los grandes tienen exactamente el mismo sabor y textura.

### **¿Y cómo podemos reconocer una Seta de Primavera si nos la encontramos por casualidad?**

**Sombrero** tiene de 2 a 12 cm de diámetro y es semiesférico al principio y con el desarrollo plano convexo. Sus márgenes están metidos hacia dentro de joven y con la madurez se extienden. El color es blanquecino pálido, ligeramente amarillento o ligeramente ocre. La piel del sombrero es lisa, a veces con pequeñas manchas más oscuras, especialmente en el centro.

**Láminas** numerosas, muy juntas, delgadas apretadas, blancas inicialmente y luego color crema.

**Pie** del mismo color que el sombrero o más blanquecino, ancho, corto y ensanchado en su base.

**Carne** blanca con olor y sabor a harina.

El perrechico se encuentra en los hábitats mencionados, en suelos basófilos, es decir ligeramente calcáreos, aunque en raras ocasiones se encuentran en suelos neutros o ligeramente silíceos. En cuanto a distribución en España, es mucho más común en ubicaciones septentrionales, en País Vasco, Navarra, norte de Castilla y León, Aragón, comarcas de Cataluña, La Rioja y zonas montañosas de Madrid y la Comunidad Valenciana. La ubicación más meridional de la que soy consciente es la Sierra del Segura.

Su época de aparición es la primavera, ocasionalmente en marzo, pero sobre todo en abril y mayo. Conforme vamos ganando altitud se retrasa, llegando a recolectarse ejemplares de enorme tamaño en El Pirineo a 2000 mts de altitud en prados de montaña, en el mes de julio, metidos dentro de los escobones ya mencionados. Muy raramente fructifican algunos setales en otoño, normalmente en lugares protegidos de las inclemencias.

Finalizamos la jornada retornando a Ortigosa, en esta ocasión por un valle a 1000/1200 mts de altitud, colmado de prados con arbustos espinosos y alguna que otra chopera. En una de ellas degustamos el consabido pic nic. Un excelente pan de leña, embutido serrano, un buen tomate, unos quesos de vaca y el agua cristalina de los regatos. ¿Qué más se puede desear? Finalmente en un par de setales con superpoblación, llenamos dos cestas.

Pero, ¿qué tal resulta el perrechico en la cocina? Ya mencioné que desde Madrid a todo el norte de España, funciona mucho y bien en alta cocina. Tiene un sabor harinoso con un potente aroma. Su sabor es delicado para la mayoría aunque hay quienes lo encuentran demasiado fuerte.

**¿Y como prepararla?** Le puede ir bien un revuelto (como a todas las setas), en crudo en ensaladas o en todo tipo de guisos, también con habitas salteadas y un toque de jamón ibérico.

Lo que no conviene es mezclarlas con otras setas, ya que perderían su personalidad.

En cuanto a recetas, no es demasiado común encontrarla en libros especializados. En "Cocinar con setas", Pastelillos de escalivada con seta de San Jorge; Tortilla de Seta de San Jorge; Caracoles con setas de San Jorge tardías y palomitas y Cazuela de almejas con Setas de San Jorge. En "Las setas del bosque a la mesa" de J.A. Muñoz, Revuelto de perretxicos y centollo; Revuelto de ajos tiernos, angulas y perretxicos; Pasta verde en crema de perretxicos; Canelones con setas de primavera; Perretxicos al ajillo; Bechamel de perretxicos con merluza a la cazuela; Crema de perretxicos y salmón; Filetes de rape con bechamel de perretxico; Almejas con bechamel de perretxicos; Perretxicos con mollejas en salsa de pimientos; Higaditos de pollo con setas de primavera; Magret de pato con perretxicos; Hojaldres con mermelada de moras y setas escarchadas.

Y con esto damos por finalizado el repaso a otra seta cuya recolección es apasionante y su cocinado todo un reto.



Fotografías cedidas por David Guevara



Alfonso de la Hoz  
Marino y diletante.

# DE LAS KOKOTXAS

MI primer y accidentado contacto con las kokotxas – me gusta escribirlo así – tuvo lugar cómo no, en el antiguo Atxuri, en su primigenia ubicación de la gaditana calle Plocia, que debe su nombre a los Plaucia, una familia de patricios romanos a la que pertenecía Plotina Pompeya, esposa del emperador Trajano.

Debí de llegar alrededor de las dos de la tarde al santuario de la cocina vasco-andaluza. Había quedado con algunos compañeros hidrógrafos de diversos barcos, entre ellos Chema Turnay, mi epicúreo comandante quien, felizmente para la dotación del Malaspina, había sustituido en el mando al Tío de la úlcera.

Oficiaba de anfitrión el entrañable y recordado Sasía y de pronto me vi trasegando vinos, sin tener la oportunidad de regar el albero de mi gaznate con la preceptiva cañita de rigor y su correspondiente aperitivo oleaginoso, a fin de crear la mítica capa mantecosa estomacal a prueba de melopeas.

Permanecimos de pie, como le gustaba a Chema. Lo malo es que éramos unos cuantos y por aquello de la timidez y mi modernidad en el empleo de teniente, apenas si probé bocado, por lo que vi pasar ante mis ojos, sin catarlos: los chipirones, las anchoas y los morros a la vizcaína. Sin embargo, sí tuve oportunidad de hincarle el diente a las kokotxas, un plato del que había oído mil alabanzas y que me impresionó por su textura y su exquisito sabor. No debieron de tener gran éxito entre el resto de comensales hidrógrafos de barra (pleonasma), de ahí que pudiera mitigar la gazuza que me atormentaba desde mi entrada en el local, aunque ya era demasiado tarde; el rioja de la casa ya fluía por mis venas y arterias sin solución de continuidad.

La kokotxa, según el diccionario de la Real Academia Española es “cada una de las protuberancias carnosas que existen en la parte baja de la cabeza de la merluza

y del bacalao”, es decir, la parte que se encuentra debajo de la barbilla y antes de las branquias. Se trata de una carne gelatinosa y deliciosa, tirando a dulzona que, se prepara tradicionalmente de tres formas: rebozadas, al pil-pil (en especial las de bacalao) y en salsa verde, tal y como magistralmente las preparan en Atxuri: cortando muy finamente unos dientes de ajo, y rehogándolos junto a una guindilla en aceite, para a continuación, añadir harina, vino, agua y perejil picado; cocinando todo ello en un par de minutos.

Ni que decir tiene que el ajo y la guindilla reclamaron más vino, por lo que la ingesta del magnífico elixir de la Rioja Alta no se detuvo. La charla era ruidosa y agradable. Lo siguiente que recuerdo es verme deambulando por el muelle de Cádiz hasta que me paró un guardia civil. Le dije que estaba buscando el Malaspina, por lo que haciendo uso de su walkie-talkie, se puso en contacto con un compañero:

– Oye, tengo aquí a un señor bastante tomadito que está buscando el Malaspina...

– Para eso tiene que ir a la base de Puntales – escuché a través del receptor portátil





El guardia tuvo la amabilidad de llamar a un taxi y empaquetarme con dirección a Puntales. Tal y como llegué, aboné el viaje al taxista e intenté subir por el portalón con la mayor dignidad posible. Como ya era de noche, no tuve que cuadrarme y saludar a la bandera, lo que habría dificultado mi entrada a bordo. Una vez alcanzado mi camarote, me dispuse a dormir la mona. Al día siguiente explicando lo sucedido a algunos compañeros, no daban crédito a lo sucedido:

*-Pero si estuviste simpatiquísimo con la novia de Fernando Uribe...-* me dijo el comandante del Póllux y antiguo segundo del Malaspina.

*- ¿Quién es Fernando Uribe? -*contesté, pues no me sonaba de nada aquel nombre

Tan célebre episodio sirvió para que durante algún tiempo me llamaran el "tomadito", apodo que sin embargo no logró desbancar al de "el polaco", por el que todavía se me sigue conociendo en los ambientes hidrográficos. No obstante, en la fotografía dedicada del buque con la que me obsequiaron al cabo de un par de años, se reseñaba la figura del "tomadito" como rasgo destacable de mi personalidad.

Con el tiempo, llegué a conocer a Fernando Uribe y a la encantadora Mari Carmen, hoy su esposa. Es más, en la actualidad, comparto militancia con Fernando en la sociedad gastronómica "Los Cabaes".



Imagen cedida por Sergio Señor Galán de recetas Señor Señor



Enrique Cubeiro  
Cabello

# LA RECETA SECRETA

Hola humano, soy un chatbot IA impulsado por GPT-4o mini. ¡Pídeme cualquier cosa!

-Hola. Quería un relato muy breve sobre tema culinario que trate de una receta secreta.

-Claro. Aquí lo tienes:

*La abuela Clara vivía en un pequeño pueblo en las montañas. Regentaba una pequeña pastelería en la que cada día vendía los productos que ella misma elaboraba. De entre todos ellos, el más popular era la tarta de manzana, que ella confeccionaba cada mañana en la trastienda con su receta secreta.*

*Un día, Ramón, un inquieto chico del pueblo decidió que era hora de descubrir el secreto. Se levantó muy temprano y se apostó escondido frente a la ventana. Desde allí pudo ver cómo Clara mezclaba la manzana cortada en finos gajos con canela y un leve toque de azúcar, cómo elaboraba la masa de hojaldre, le daba forma y lo cubría con el merengue y la manzana, y lo metía todo el horno. Y todo ello mientras sonreía y canturreaba feliz.*

*Ramón, que había visto a su madre hacer decenas de tartas no percibió nada especial en la forma de preparar la tarta de la abuela. No la había visto emplear ningún ingrediente secreto, ni que el proceso incluyera paso alguno que no esperara. Entonces, cuando vio la expresión de Clara al extraer la tarta del horno, lo entendió todo: ¡el ingrediente secreto no podía ser otro que el infinito el amor que la dulce anciana ponía en cada una de sus creaciones!*

Texto elaborado con la versión gratuita de GPT-4o mini.

-Gracias. Me ha gustado. ¿Podrías extenderlo hasta las 600 palabras y añadirle un final inesperado? Gracias.

-Por supuesto. A ver si te gusta esto:

*En un pequeño pueblo montañoso vivía una anciana que desde hacía más de medio siglo regentaba una modesta pastelería. Aunque trabajaba sola, cada día decenas de tartas cubrían el mostrador de su pintoresca tienda, situada en un estrecho callejón junto a la iglesia. Tan ricas estaban sus tartas que cada mañana, a primera hora, los clientes, muchos de ellos llegados desde apartados pueblos de la comarca, se agolpaban en la puerta. Todos los días del año abría a las 7 en punto y raro era el día en que a las 8 no hubiera agotado todas las existencias, sin que de su rostro se borrara nunca su encantadora sonrisa. De todas sus tartas, la más popular era la de manzana. Nadie conocía la receta y siempre se había negado a revelarla.*

*Ramón, un chico del pueblo bastante travieso y muy goloso, decidió una noche que había llegado el momento de descubrir el secreto de la abuela Clara. A la mañana siguiente, se levantó muy temprano. Aún era noche cerrada cuando se apostó escondido en el callejón, frente al estrecho ventanuco de la trastienda. Hacía frío, pero apenas lo notó, presa de la excitación. Desde allí podía contemplar furtivamente toda la estancia y ver cómo Clara llevaba a cabo todos los preparativos, mientras no dejaba de sonreír y canturrear.*

*Con suma destreza, la anciana iba cortando la manzana en finos gajos que colocaba en un bol. Espolvoreaba sobre ellos la canela y añadía un leve toque de azúcar. Después, preparaba el merengue en una ancha cazuela*



de color dorado, removiendo lentamente con una cuchara de madera hasta que alcanzaba la textura perfecta. La vertía sobre las masas de hojaldre que cubrían toda la extensión de una vieja mesa de roble e iba depositando hábilmente las lascas de manzana, formando elegantes figuras, que eran diferentes en cada tarta. Después, con una brocha, extendía el almíbar por la superficie e iba introduciendo las tartas de seis en seis en el horno.

Ramón, que había visto a su madre hacer decenas de tartas no fue capaz de percibir nada extraordinario en el proceso del que había sido testigo. Empezaba a sentir cómo las piernas se le entumecían y cómo el frío le iba penetrando hasta los huesos. Pero se sentía como hipnotizado, sin poder dejar de observar a la abuela, que seguía canturreando feliz mientras preparaba la siguiente tanda.

Fue entonces cuando percibió algo en lo alto de una alacena que

hasta entonces le había pasado inadvertido. Al principio, fueron solo dos brillantes puntos luminosos, pero, poco a poco, fue capaz de interpretar que lo que veía no era otra cosa que un enorme gato negro que plácidamente tumbado seguía muy atento desde lo alto del mueble los gráciles movimientos de la que debía de ser su dueña.

Un espeso humo blanco comenzó a salir por las rendijas de la puerta del horno. La abuela Clara se calzó unos gruesos guantes, abrió la puerta con cuidado, y con una pala comenzó a sacar las tartas que fue depositando, de una en una, en un estante. Así que colocó las seis, sacó una enorme llave del bolsillo de su delantal y abrió la alacena sobre la que yacía el gato negro. Con sumo cuidado, extrajo de su interior un frasco de porcelana negra cubierto de extraños símbolos dorados y lo depositó sobre la mesa.

Ramón se quedó petrificado al ver cómo del rostro de la abuela había desaparecido todo rastro de dulzura, pero lo que contempló a

continuación se le quedó grabado en el alma para siempre. Con un gesto imposible de describir, la anciana

Alcanzado el límite de 600 palabras. Texto elaborado con la versión gratuita de GPT-4o mini.

-Gracias. Pero no tiene final. ¿Podrías acabarlo?

-Lo siento. Has alcanzado el límite de solicitudes diarias con la versión gratuita. Podrás hacer una nueva petición mañana a las 11:45. Si tienes urgencia, te recomiendo suscribirte a la versión Pro, por 9.95 euros al mes, sin límite de peticiones.





Santi de Paul

# SIN CONTEMPLACIONES

Voy a contar algo que jamás he contado...

Con una cenita empezamos a salir Elenita y yo. Con otra cenita fenecería nuestro amor. Sin contemplaciones. Estaba muy harto de la que otrora fuese reina de la casa y ahora era el azote de la misma.

No quise hacerlo por Whatsapp o por sms, me daba nosequé. Habían sido 2 años 9 meses y 3 días. Suena a condena, pero sí, lo es. Ahora quise dar la cara, aún a riesgo de reprimendas, llantos, y caretos.

Semblantes tristes a la hora de la cena. No, no había velas de olores desplegadas por el restaurante. Puede que algo sospechara. Sería rápido, y cuando sirvieran los tiramisús de postre se lo diría. A ver cómo camuflaba yo ese típico "no te aguanto más". ¡Qué difícil resulta romper a veces!

Con las gambas al ajillo se mostró correcta, y con los caracoles educada, pero curiosamente, fue probar el brócoli y ella comenzó con los reproches. Seguramente la salsa tuviese la culpa. Sí, también ella tenía algo que decir, y de qué manera lo hacía.

Me echó en cara de todo y por todo. Hasta mencionó la pasta de dientes que salpicaba con gotitas de dentífrico el espejo del baño. Gotitas. Sí, también habló mal de

mi madre. Según decía, le ponía de los nervios. Pude replicar, pero... le eché más vino. Sin contemplaciones.

A continuación puso a parir a varios amigos míos. Los detestaba a casi todos, al resto los odiaba. Fui a protestar, en defensa de los mismos, pero en lugar de ello, le eché de nuevo más vino, sin miedo. Ya digo, sin contemplaciones. Podéis llamarme cobarde si queréis.

Pidió el tiramisú, pero ahora insistió ella que lo acompañasen de un whisky doble. Elenita era así. Era mi turno.

Entonces me sorprendió. No, no pude decirle nada de nada, porque comenzó a cogerme con cariño de la mano. ¿Sería el alcohol, los caracoles o tal vez el cariño? Qué cosas. Encontramos el amor esa noche, la noche del tiramisú. Hicimos el amor con ganas, sin contemplaciones. Todo esto sucedió hace 25 años y hoy es el día que aún celebramos aquella cena.

Y qué bien nos llevamos. Bueno, de vez en cuando le pongo un vino para recargar sentimientos, y todo hay que decirlo... mi madre y ella se siguen odiando pero semanalmente acudimos a la paella dominical en casa de mis padres, y como podréis imaginar, lo hacemos... *sin contemplaciones*.







Mabel Scharfhausen  
Kebbon

# Recetas Incestrales

## LAS RECETAS DE MI ABUELA

### HUEVOS CON LENGUA ESCARLATA

#### HUEVOS CON LENGUA ESCARLATA

**C**OCER seis huevos, durante trece minutos, dejarlos enfriar y pelarlos.

Sacar a continuación de cada huevo una tapita de la parte ancha, y luego la yema.

En seguida se coloca esto en un plato y se le agregan 50 gramos de manteca y el contenido de una latita de jamón del diablo.

Mezclar bien y rellenar con todo esto los huevos poniendo para ello la preparación descrita en una manga con boquilla lisa.

A continuación de esto colocar los huevos en una fuente, cubrirlos con mayonesa colocada en una manga con boquilla calada, decorándolos al mismo tiempo, y ponerles encima un medallón de aceituna negra.

Adornar alrededor de la fuente con abundante lengua escarlata cortada en juliana y con blanco y amarillo de huevo duro.

#### Elaboración:

Cocer seis huevos durante nueve minutos, dejarlos enfriar y pelarlos.

Sacar a continuación de cada huevo una tapita de la parte ancha y luego la yema.

Se mezcla la yema con 50gr de manteca y 50 gr de jamón dulce.

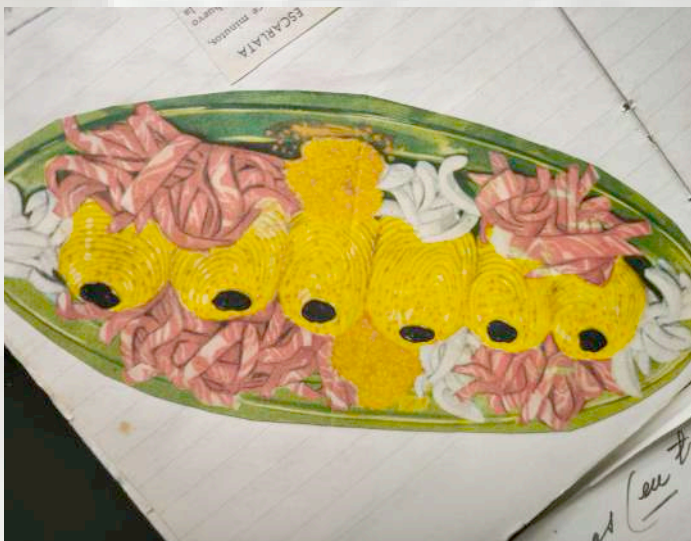
Rellenar los huevos con una manga con boquilla lisa. Se colocan en una fuente y se cubren con mayonesa en una manga con boquilla calada, decorando y colocando en la parte superior una aceituna negra.

Se adorna con lengua escarlata y con clara y yema de huevo picadas finamente.

Para la lengua escarlata, se mezclan 200 gr de sal marina con 50 gr de sal nitro. Se frota bien con sal, una lengua de ternera bien limpia que introduce en la mezcla de sales ocho días. Se mantiene en lugar fresco. Después se desala bien y se pone a hervir durante dos horas en una olla con zanahoria, cebolla, laurel, perejil, un vaso de vino blanco, pimienta negra y un clavo.

Se quita la piel, se deja enfriar y se sirve en rodajas muy finas.

¡Y A DISFRUTAR!





# LAS RECETAS DE COQUI REY

## *Arroz campero de Pato*

Coqui Rey

### INGREDIENTES 4 Personas

#### PARA EL CALDO:

- 1 carcasa y cuello de pato (azulón, preferiblemente)
- 1 puerro
- 1 zanahoria
- 1 rama de apio
- 1 nabo
- 1 tomate
- 1 cucharada de aceite de oliva

#### PARA EL ARROZ:

- Resto del pato, porcionado
- Interiores del pato (hígado, corazón, pulmones, molleja bien limpia)
- 1 cebolla (picada)
- 2 dientes de ajo
- 1 pimiento verde
- 1 tomate triturado
- 1 cucharada de pimentón de la Vera (dulce o agrio, según preferencia)
- Aceite de oliva (cantidad suficiente para el sofrito)
- Sal (al gusto)
- 280 g de arroz (70 g por persona)
- Caldo de pato (previamente lo habremos preparado)

### PREPARACIÓN:

1. Lo primero es conseguir un pato. En este caso, azulón. Se despieza y se reservan las alas, patas, pechugas e interiores (hígado, corazón, pulmones, molleja bien limpia)
2. Se hace un caldo de verduras (Puerro, zanahoria, apio, nabo, tomate) y se añaden la carcasa y cuello, que se sofríen previamente en una cucharada de aceite hasta que estén casi doradas.
3. También se sofríen las patas y alas. Se pasan las pechugas en la misma sartén, a fuego fuerte, por la piel primero y luego por el otro lado, sin que se pase (2 minutos).
4. Se sazona al gusto.
5. Cuando el caldo esté listo, se sofríe en una paella o caldero, una cebolla picada, 2 dientes de ajo, un pimiento verde, las patas y alas e interiores en algo de aceite de oliva. Cuando esté listo, se añade una buena cucharada de pimentón de la vera (dulce o agrio). Rápidamente se echa 1 tomate triturado y se deja sofreír. Se añade sal al gusto.
6. Se moja todo con algo del caldo y se deja reducir.
7. Luego se echa el arroz (unos 70g/persona), se rehoga en el sofrito hasta que este translucido.
8. Se añade el caldo, en cantidad según las recomendaciones del productor del arroz (normalmente 2.5 a 3 veces la cantidad de arroz o lo que indique el productor). Se ajusta de sal y se deja en el fuego hasta que el arroz haya absorbido el caldo. Cuando casi se haya quedado sin caldo, colocar sobre el arroz las pechugas de pato cortadas, para que se templen. Poner algo de sal al gusto sobre ellas.







Carlos Hernanz

## FESTIVAL DEL ERIZO EN ERICEIRA

Hace un par de semanas, casualmente vi una noticia en Google sobre un Festival del Erizo en un pueblecillo costero de Portugal y se me ocurrió acudir, era la semana siguiente...

Hablé con el organizador Nuno Nobre, consultor gastronómico y de cadena de valor, y me dio todo tipo de facilidades. Me recomendó un magnífico hotel a buen precio y restaurantes adheridos al Festival, con platos elaborados con erizos.

Salí temprano de El Puerto de Santa María con rumbo a Sevilla, la autopista medio inundada a la altura de Lebrija, pasé por Badajoz, enseguida me salí de la autopista. En Portugal se conduce muy cómodo por la carreteras nacionales y el paisaje es infinitamente más bonito que en la vía rápida. El Alentejo es un espejo de Extremadura con múltiples dehesas de encinas y más cerca de Lisboa, pinares y alcornocales. Es curioso pero hay mucha menos agricultura que en España. Comí bien adentrado en tierras portuguesas en una taberna rural, sin el más mínimo resquicio de amor por la lumbre, el bacalao peor que me han servido en mi vida fue rápidamente de vuelta a la cocinera.

El viaje se hizo duro por los frecuentes chubascos con pérdida de visibilidad y agarre del coche. Crucé el Tajo bien al norte de Lisboa y después el amigo "Glogle" me llevó por extraños caminos muy estrechos y donde la interminable lluvia había formado continuos arroyos que bajaban por los terraplenes hacia la carretera. Los últimos cien kilómetros en casi dos horas y media y ¡¡Por fin!! Llegué a Ericeira. El magnífico hotel compensó todos mis esfuerzos pese a que el vendaval y el temporal marino lo amenazaban seriamente.





Tras una hora de descanso fui a la inauguración del Festival que pensé sería algo formal con discursos y autoridades por medio, pero a mi entender consistió simplemente en la apertura de los puestos del mercado. Cené de maravilla en una marisquería. Los mejores camarones de mi vida, en calibre, fresca y punto de cocción. Sin embargo no tenían erizo porque las inclemencias meteorológicas habían impedido mariscar.

Al día siguiente tras prolijo desayuno, fui a visitar una preciosa playa terminal del un estuario. El temporal bamboleaba el coche y cuando salí no podía caminar porque me lo impedía la fuerza del viento.

Sobre las doce regresé al mercado y estuve charlando con Silvia, bióloga marina y experta en cultivo y reproducción de erizo. Me estuvo describiendo su metodología y los logros de su equipo hasta el momento. La recreación artística de láminas sobre la biología del erizo, estaba a cargo de Ana. Algunas láminas eran de carácter pedagógico, estaban orientadas a que aprendieran los niños, pudiendo completar su contenido con rotuladores.

Después fui al stand de Oricaria donde me presenté a Nuno y estuvimos charlando, con idea de hacerle una entrevista el Domingo o lunes. Me ofreció un erizo hembra con las gónadas bien llenas, dulce y exquisito. Comí en la marisquería César, frente al batido Océano Atlántico. Aquí si tuve ocasión de probar erizo en

cinco variantes, crudo, al vapor, en sopa, en asorda (una especie de gacha muy picante para mi gusto) y en tarta de queso con lima. También tomé percebes y unos excelentes camarones por lo que casi salgo rodando del restaurante.

Por la tarde estuve presenciando las demostraciones de cocina en vivo a cargo de Athanasios Kargatzidis, la Real Marisquería Nunes y el Maestrado en Ciencias Gastronómicas. Hacían allí el montaje de los entrantes con el erizo siempre presente, para posterior degustación del público.

Al día siguiente, después del copioso desayuno (sin erizos) asistí en el mismo hotel a una demostración del chef australiano Justin Jennings, propietario del restaurante Downunder, de Lisboa, recomendado en la Guía Michelin. El entrante consistía en una crema de guisantes, un filete de caballa marinado en salmuera y posteriormente soasado a soplete y huevo de erizo.

Sobre la marcha decidí no prolongar mi estancia al lunes y viajar a Mérida a probar suerte con los gurumelos. Fui al centro, a un restaurante japo y probé varias especialidades de sushi con erizo. Carretera y manta.

El viaje de vuelta bastante más rápido alternando chubascos fuertes y sol. Dormí en el precioso pueblo de Estremoz, muy recomendable con Castillo y Parador Nacional.







El fin de semana siguiente continuó y se clausuró el Festival.

En España también se celebran importantes ferias en torno al erizo: la Garoinada de Palafrugell y en San Feliú de Guíxols en la Costa Brava, en Chanteiro y San Ciprián en Galicia y en Bañugues, en Huerres y en Gijón en Asturias. Por último, uno de los actos previos a la Semana del Carnaval de Cádiz es la Erizada que se celebra normalmente a finales de enero y principio de febrero, normalmente procedentes de la zona del Estrecho. En la última se consumieron 600 kilos del preciado manjar.

Después del intenso fin de semana entrevisté a Nuno Nobre, Consultor Gastronómico y organizador del Festival desde 2015, con más de veinte años luchando por la conservación del litoral y la preservación, especialmente del erizo de mar y otros mariscos. Nuno trabaja activamente con Mare, el organismo especializado en biología marina del Ministerio de Ciencia portugués. También lidera los proyectos Ouriceira Aqua para la mejora de hábitats, reproducción y cultivos marinos y Ouriceira Mar para el estudio y caracterización del recurso "erizo de mar" mediante el mapeo de hábitats y conteo de poblaciones, el estudio de impacto del esfuerzo de pesca, la transferencia de



conocimiento a los pescadores para mejorar la gestión, la repoblación y el cálculo del potencial económico que supone una pesca sostenible.

Relata Nuno que en 2015 se recolectaron 17000 Kgs de erizo (10/12 ejemplares por kilo), en 2023 se aumentaron las capturas hasta 400.000 Kgs ¡tremendo! y se decidió bajar el impacto hasta 250.000 Kgs, para que el recurso fuera sostenible, estableciendo una veda de 3 meses.

Nuno conoce el mundo del marisqueo en la zona de Ericeira y en El Algarve desde que era niño, ya que su padre pescaba y él le acompañaba. Me dice que gran parte de la producción portuguesa se destina a España y en un alto porcentaje a las conserveras gallegas. Me confiesa que, a día de hoy, existe mucho marisqueo furtivo de erizo y otras especies.

Otra cuestión es lo complicado que resulta conocer el tamaño de las gónadas antes de abrir el erizo. Por eso es muy positivo hacer un control de calidad en las lonjas. En ocasiones el mismo mariscador, abre un erizo de cada zona, para testear el tamaño de las gónadas. Si son pequeñas, se van a otra zona.

### **Biología y curiosidades del erizo.**

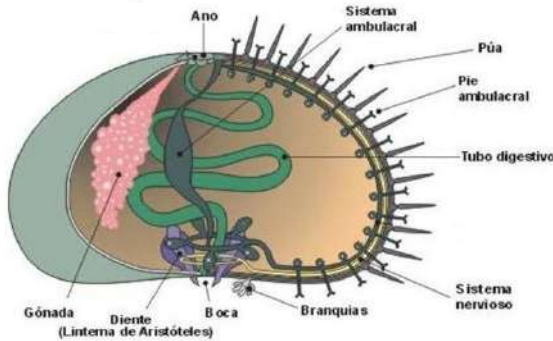
El erizo de mar común *Paracentrotus lividus* vive en la costa oriental del Atlántico, entre Escocia y Cabo Verde y en todo el Mar Mediterráneo, su cada vez mayor interés comercial ha hecho que se propague a las costas de Oceanía y América del Sur, especialmente a Chile.

Es un equinodermo con caparazón casi esférico, ligeramente aplanado. Sus vísceras presentan una simetría pentagonal. Puede variar bastante de color sin que esto indique ninguna circunstancia relativa a su hábitat, profundidad, sexo, alimentación... variando desde un morado rojizo, hasta casi negro azulado, hasta verde oliva. Su tamaño en estado juvenil o adulto varía desde 1 mm hasta 7 cm, con ejemplares que llegan a los quince años de edad, su crecimiento es, por tanto, tremendamente lento.

Las púas no son muy abundantes y suelen tener entre 3 y 5 cm de longitud. En la parte inferior del caparazón, además de la púas, más cortas en esa zona, tienen múltiples pies ambulacrales para desplazarse por el fondo. Le gustan, especialmente, las praderas con bosques de algas y los fondos rocosos donde ellos, a veces, roen la piedra con su curiosa boca llamada

Linterna de Aristóteles, para hacerse un hueco donde aposentarse.

Los erizos se alimentan de detritos y partículas vegetales. Su sistema digestivo es muy simple, en la cara oral, la boca, la linterna, un corto esófago y un serpenteante intestino que desemboca en el ano, pequeño orificio en la cara aboral.



La respiración la efectúan mediante cinco pares de branquias. Al parecer, los músculos de la linterna de Aristóteles y el sistema locomotor, también contribuyen al intercambio de gases.

En cuanto a su reproducción, los erizos son dioicos, es decir, existen machos y hembras, pese a que morfológicamente sea imposible distinguirlos externamente. Una vez abiertos, las hembras tienen las gónadas ligeramente más voluminosas y rojizas, mientras los machos tienen las gónadas algo más pequeñas y blanquecinas. Si están en época reproductora (primavera y principio del verano), los machos tendrán la zona aboral blanca y las hembras roja. La fecundación es externa y, al parecer, los gametos masculinos tienen algún elemento químico que los atrae hacia los gametos femeninos, incluso en aguas libres.

Hay mariscadores que afirman que los erizos macho están normalmente en la zona alta de las rocas, para atrapar mejor el alimento y las hembras en las oquedades y cavidades, para proteger a sus larvas y juveniles. En ocasiones cuando se captura un erizo adulto, se encuentran entre sus púas minúsculos erizos enredados.

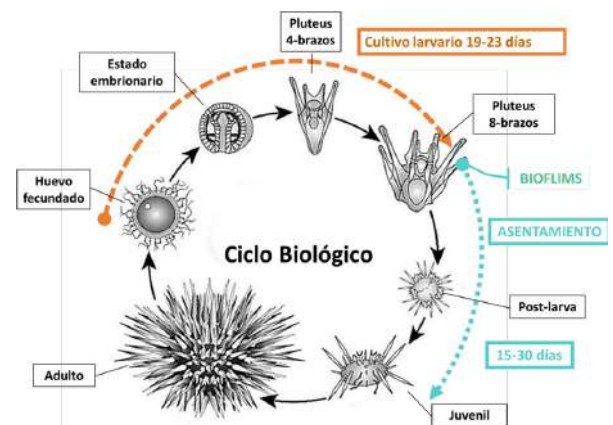
Me cuenta Silvia Lourenzo, bióloga marina de Mare que una hembra puede poner unos 500.000 huevos, de los



cuales un 10% podrían fecundarse con éxito y después hay un alto porcentaje de mortandad sobre todo por depredación en fase larvaria o juvenil.

También hablo con Manuela Buján bióloga de Algas, división de Porto Muiños dedicada al cultivo de algas y erizos. Antonio Muiños estableció una planta piloto para ello hace unos cuantos años en el Puerto de Sada con la inestimable ayuda del irlandés John Chamberlain, pionero en estas lides. El pasado año se amplió la planta hasta alcanzar una superficie de 1500 m<sup>2</sup> y se estima que podrá producir un millón de juveniles al año, constituyendo la única empresa europea dedicada a esta cuestión.

La reproducción se efectúa con ejemplares maduros sexualmente, se aíslan en contenedores controlados, en agua de mar. El espermatozoides de los machos es blanco y las huevas que ponen las hembras tiñen el agua de rojo. Una vez fertilizados los huevos, se produce una rápida división celular en aproximadamente 24h y se forman las larvas, denominadas *Pluteus* que van variando de forma durante 20 a 30 días (pasan de 4 a 8 brazos), después se desplazan buscando un lugar de asentamiento, en ese momento adquiere forma de erizo juvenil con un tamaño de un centímetro.





A partir de ahí el crecimiento es lentísimo.

Me cuenta Manuela que los resultados de las repoblaciones con la Cofradía de La Coruña han sido magníficos, necesitando poca intervención posterior. Antes conviene desplazar las estrellas de mar y otros depredadoras y situar en la zona ejemplares adultos para proteger y ofrecer refugio a los juveniles.

### **Pesca y sostenibilidad del recurso.**

Los erizos de mar se pescan mariscando a mano en marea baja (guantes y en ocasiones un pequeño rastrillo) o mediante buceadores desde una embarcación, con tubo de aire. Llevan los mismos elementos de protección y una red para ir depositando los erizos.

Los erizos habitan en profundidades desde medio metro a 200 mts de profundidad, pero lo habitual es que estén entre la bajamar escorada y 20 mts. La normativa prohíbe mariscar buceando a más de 12 mts. Dependiendo del lugar, permiten capturar un número de kilogramos variable por persona y jornada. En Cataluña hasta 150 Kgs, en Galicia 90 Kgs, en Portugal 50 Kgs y en Andalucía 30 Kgs. En cualquiera de los casos, podría ser demasiado, teniendo en cuenta que los ejemplares aprovechables, normalmente tienen de 10 a 12 años. La talla mínima son 5,5 cm de calibre sin espinas y el tamaño óptimo 7 cm.

Afortunadamente el erizo sólo es aprovechable cuando sus gónadas tienen un tamaño apreciable. Los de menos de 4 cm o 4 años de edad aún no son maduros sexualmente, por lo que no tendría sentido su consumo. Los adultos, después de la fase reproductiva necesitan un periodo de recuperación de sus gónadas, lo que se hace coincidir con la época de veda. Normalmente desde marzo/mayo hasta octubre/diciembre. Eso permite que se recuperen algo las poblaciones.

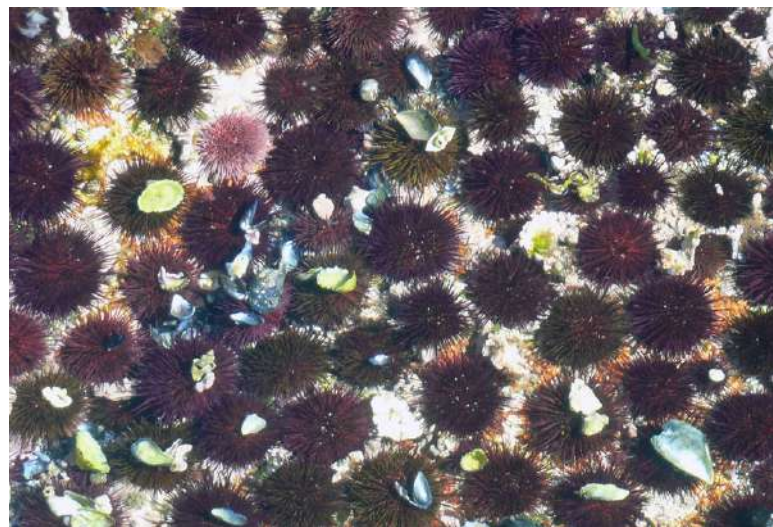
No está permitida el marisqueo con carácter recreativo.

En ocasiones en Asturias y Galicia se permite un pequeño cupo para promocionar el recurso, a personas que se afilian a las Cofradías temporalmente. Por supuesto, los ejemplares recolectados son para autoconsumo y en ningún caso excederían los 5 Kg persona/día.

En Portugal, como comentó Nuno, la producción es alrededor de 250.000 Kgs. En España, sólo en Galicia fue en 2024 de 550.000 Kgs. ¿Debería reducirse?

¿Es sostenible la pesca y consumo actual del erizo? En mi opinión 90 o 50 Kgs persona/día es excesivo y 150 Kgs es un barbaridad. 90 Kgs a 20€ el Kg hacen 1800€ obtenidos en tres horas de marisqueo en marea baja. Si salieran dos días al mes para obtener un salario más que digno, podría ser sostenible. Si salen 5 días a la semana, probablemente el recurso se agotará, teniendo en cuenta que tarda mínimo 10/12 años en alcanzar un tamaño adulto. Iremos viendo como evoluciona y esperemos que no sean necesarios largos periodos de veda. Y pasaríamos del TODO al NADA.

Lo deseable es hacer una gestión eficiente y responsable del recurso, continuar investigando, hacer plantaciones intensivas, incluso sin desplazar a sus depredadores naturales para poder seguir disfrutando de ese delicioso "caviar dulce".



"erizos" por Fran Eirin, licenciada bajo CC BY-NC 2.0.





José Antonio Fidalgo Sánchez

# LES HISTORIES DE FIDALGO

## CARACOLES Y RANAS EN COMIDAS CUARESMALES

El otro día, para aclarar conceptos con el fin de evitar discusiones, les expliqué lo que la moral católica entiende por carne: parte comestible de aquellos animales que nacen y viven en tierra o sobre ella.

Los animales acuáticos (peces, mariscos, mamíferos marinos, aves acuáticas, ranas, caracoles...) NO SON CARNE y su consumo está permitido en días de vigilia. ¡Oiga! ¿Es seguro que los caracoles terrestres (no los bigaros o caracolillos de mar no son carne)?

Pueden surgir dudas al respecto, pero desaparecen al tener en cuenta la respuesta que el Papa San Pío V (1504- 1572) dio a esa pregunta !Estote piscis in aeternum! (sed peces siempre)

Lo de las ranas está más claro pues su hábitat natural son las charcas, las lagunas, los arroyos...

Caracoles y ranas fueron alimento de la humanidad desde tiempos antiquísimos; comida de gentes humildes y en la actualidad considerada como de lujo y de alta cocina.

En España se destinan fundamentalmente cuatro especies de caracoles para el consumo humano:

- El caracol común terrestre o de jardín (*Helix aspera* var. *min.* o *máx.*)
- El romano común o de viña (*Helix pomatia*)
- El baqueta o vaqueta (*Iberus gualterianus alonensis*) típico del Mediterráneo y muy usado para arroces en paella.
- Las cabrillas (*Otala punctata*), también del mediterráneo y muy sabrosa.

En cuanto a las ranas fueron alimento muy antiguo dada su abundancia en riachuelos, charcas, lagunas. Actualmente escasean y el comercio se abastece de piezas de importación procedentes de Tailandia, Vietnam, Turquía...Todas derivan de la especie *Pelophylax esculentus*, siendo la *Pelophylax perezi* la especie más afincada en España.

La contaminación y la sobrepesca acabaron con nuestras ranas. Menos mal que una empresa, **GRANOUCERIE**, establecida en **CARBELLINO DE SAYAGO** (Zamora) apostó por el cultivo en granja de ranas *P. perezi* para su comercialización en España.

Bueno, bueno, bueno...  
¿Y cómo se preparan caracoles y ancas de rana?  
Vayamos por partes.

Los caracoles exigen unos lavados intensos en agua con sal para que suelten su baba. Después se hierven en agua, se retiran y cuecen en agua con un sofrito tipo pisto enriquecido con brandy o vino blanco. Opcionalmente pueden complementarse con chorizo, jamon y guindilla.

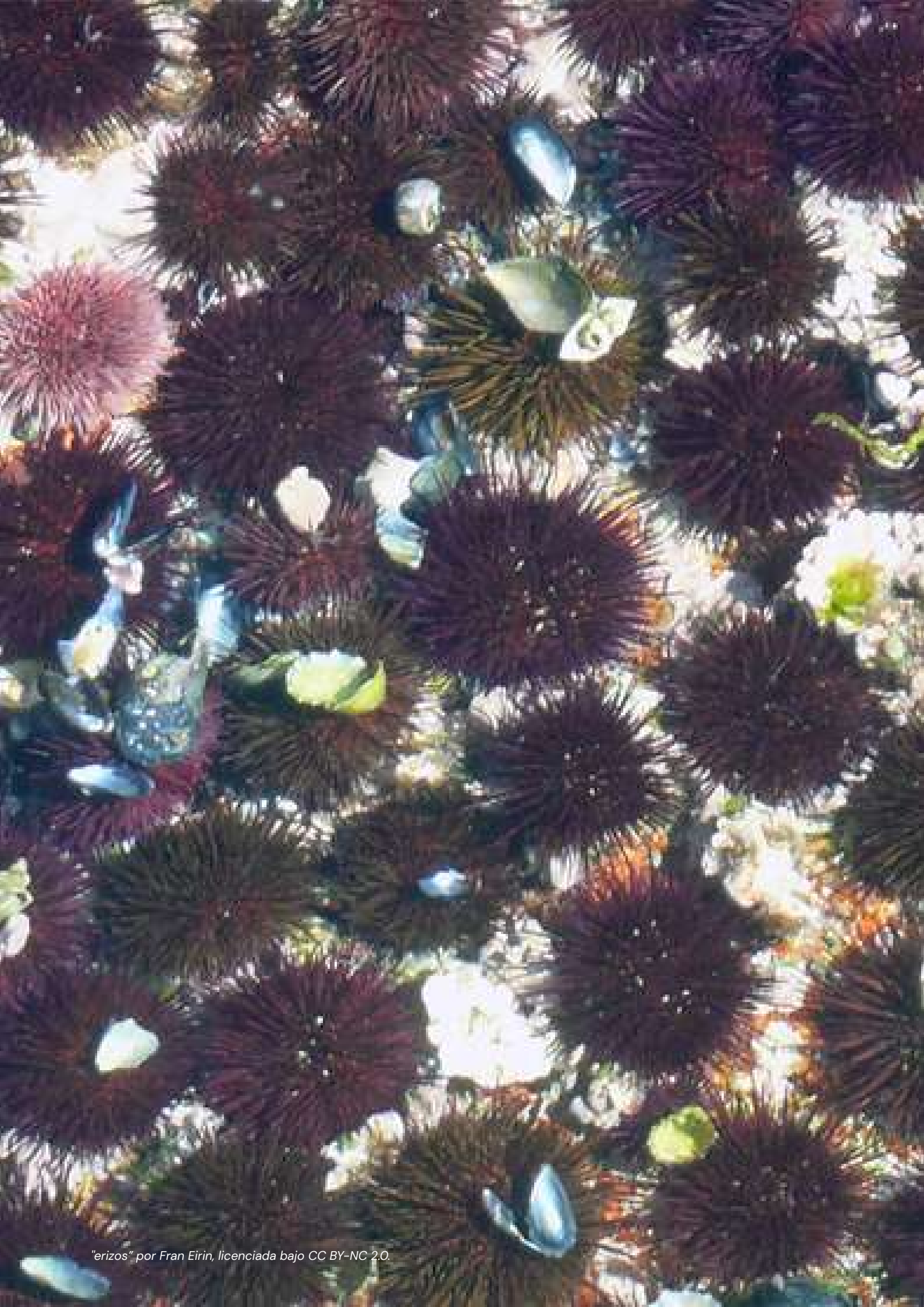
Las **ANCAS DE RANA**, que es su parte comestible, se preparan guisadas (famosas en La Bañeza. Leon), en fritura a la romana (Zamora) o al ajillo (León) a modo de angulas.

Yo, ¿qué quieren que les diga?  
Ranas y Caracoles son, para mí, platos de Excelencia.

NOTA. FOTO de guiso de caracoles comunes y de cabrillas en salsa de tomate. Foto de ancas de rana en fritura al ajillo.







## De Bocado en Bocado - La Ruta Imperdible del Torrezno

Bienvenidos a un viaje único por los sabores más auténticos, intensos y crujientes de Castilla y León y sus alrededores, donde el torrezno, esa deliciosa joya de la gastronomía soriana, es el protagonista indiscutible.







Accede a la ruta completa a través del QR y descubre rincones y sabores únicos a lo largo y ancho de la geografía española dentro de la comunidad de GastroÑAM.

Consíguelo en el  
**App Store**

DISPONIBLE EN  
**Google Play**





# GASTROÑAM

