

Lucía Freitas, cocinando desde el corazón

La pasión de la chef Lucía Freitas por la cocina de sus raíces gallegas, es una inspiración para muchos. Nacida y criada en Santiago de Compostela, Galicia (España), es un modelo a seguir para las futuras generaciones que aspiran a estudiar las artes culinarias.

“Si quieres ser Chef tienes que ser muy trabajadora. Es una carrera muy exigente, no llegarás lejos si no estás dispuesta a esforzarte y ser constante”, aconseja Freitas a las generaciones más jóvenes. Agrega, “no solo necesitas tener talento, sino también reconocer las oportunidades cuando se presenten”. Freitas anima a los aspirantes a chefs a no centrarse en los premios, convertirse en una celebridad o en las redes sociales, sino en el trabajo duro y la pasión de cada día.

Freitas comparte que su sueño era abrir su propio restaurante. Empezó a estudiar el arte de cocinar a los 19 años. “La cocina hay que amarla y sentirla en el corazón, así convertí mi hobby en mi profesión”.



Al final de su adolescencia se trasladó al País Vasco para estudiar cocina en la Escuela Superior de Hostelería de Artxanda (Bilbao). Al terminar, estudió pastelería y heladería en la Escuela de Postres del Restaurante Espai Sucre (Barcelona). Freitas trabajó en algunos de los restaurantes

más importantes de España, como Celler de Can Roca, El Bohío, Mugaritz y Tápies, antes de abrir su propio restaurante en 2011, A Tafona en Galicia. Tres meses después de abrir A Tafona, obtuvo una Estrella Michelin por la delicadeza de su menú creativo.



Cromatismo Laranja



Cromatismo Negro



Lucía Freitas



Cromatismo verde



Papada, cigala y limón

“¡La vida es increíble! 8 años después sucedieron dos cosas clave en mi vida que me llevaron a donde estoy ahora: gané el segundo lugar en el concurso Chef del Año, que ahora, creo, fue lo mejor que me pudo haber pasado, porque Aprendí de esa experiencia y también me convertí en mamá”. Casi al mismo tiempo, Freitas dio un salto de fe y dijo que sí a una oferta de ayudar a abrir un restaurante en Nueva York llamado Tomiño . Gracias a Lucía Freitas, el restaurante ahora cuenta con el sabor y el carácter único de Galicia, una

experiencia inolvidable.

En 2017 se reforma ["A Tafona"](#) cambiando el concepto gastronómico y eliminando el menú del día, quedándose únicamente con 5 mesas y obteniendo, solo un año después, su primera estrella Michelin. Una semana más tarde, abre LUME (Santiago de Compostela), un nuevo concepto de barra gastronómica en la que cocinar sin etiquetas, "slow food a lume de carozo", y que posicionó a Lucía como una de las mejores empresarias gastronómicas en España.

Además de tener una destacada trayectoria en la industria gastronómica, lo que también destaca de Freitas es la pasión que pone en cada plato. Todos los que han probado su comida estarían de acuerdo.

Fuente: Foods Wines From Spain

Fotos: Cedidas - A Tafona - Lume Santiago by Lucia Freitas