

# Algamar: el sabor mineral del Atlántico en la despensa contemporánea

[Por Ángel Marqués Ávila. Periodista gastronómico](#)

[@Algamar](#)

En la costa de la provincia de Pontevedra, donde el Atlántico golpea con fuerza las rocas y la tradición marisquera forma parte de la cultura cotidiana, nació una de las empresas pioneras en la recuperación gastronómica de las algas en Europa: **Algamar**. Desde hace décadas, esta firma gallega ha contribuido a introducir en la cocina occidental un patrimonio marino que en Asia forma parte de la dieta desde hace siglos.



La filosofía de Algamar se basa en la recolección sostenible de algas silvestres en las aguas limpias del litoral gallego, su secado natural a baja temperatura y su transformación en

productos gastronómicos de gran valor nutricional. Ricas en minerales, yodo, fibra y compuestos antioxidantes, las algas atlánticas ofrecen además una profunda expresión del “umami” marino, cada vez más apreciada por chefs y gastrónomos. A continuación, repasamos algunos de los productos más emblemáticos de su catálogo.

## **Wakame: la elegancia vegetal del Atlántico**

La Wakame es una de las algas más conocidas en la gastronomía internacional. En la versión atlántica recolectada por Algamar presenta una textura delicada y carnosa, con un sabor suave y ligeramente dulce. En cocina resulta extraordinariamente versátil, maridando con ensaladas marinas, sopas y caldos; salteada con verduras y como acompañamiento de pescados. Nutricionalmente destaca por su alto contenido en calcio, magnesio y vitaminas del grupo B.

## **Dulse: el alga atlántica con notas ahumadas.**

La Dulse es un alga roja de sabor profundo y ligeramente ahumado, muy apreciada en Irlanda y Escocia desde tiempos antiguos. Algamar la presenta seca o en copos, ideal para, enriquecer arroces y guisos; añadir a revueltos, al aportar carácter a sopas y cremas, su riqueza en hierro y proteínas la convierte en una aliada interesante en dietas equilibradas.







## Kombu: la gran potenciadora del umami

La Kombu es quizá la reina de las algas culinarias. En Galicia crece con extraordinaria calidad y Algamar la comercializa en

hojas secas de gran pureza. Su uso clásico es en caldos, legumbres y fondos de pescado.

El kombu ablanda las fibras de las legumbres y mejora su digestibilidad, además de aportar un sabor marino profundo.

## Kombu rápida: tradición adaptada a la cocina moderna

La Kombu rápida es una versión pensada para la cocina contemporánea. Se hidrata rápidamente y permite incorporar el alga en recetas cotidianas sin largas preparaciones.

Es ideal para salteados rápidos, ensaladas templadas y guarniciones marinas.







## Spaghetti de mar: la pasta vegetal del océano

El sorprendente Spaghetti de Mar recuerda por su forma a una pasta larga. Tras hidratarse mantiene una textura firme y ligeramente crujiente.

Funciona muy bien con salteado con ajo y aceite de oliva; como guarnición de mariscos; y en platos de inspiración mediterránea, su sabor intenso recuerda a la brisa salina del Atlántico.

## Nori atlántico

La Nori es mundialmente conocida por su uso en el sushi japonés. En la versión gallega de Algamar ofrece un perfil aromático más complejo, con notas tostadas y marinas.

Se utiliza en sopas; ensaladas; triturado como condimento.

## Agar Agar: el gelificante natural del mar

El Agar Agar procede de algas rojas y es uno de los gelificantes naturales más potentes de la cocina. Muy utilizado por chefs y reposteros para gelatinas vegetales; texturas creativas y postres ligeros. Además es apto para dietas veganas, lo que lo ha convertido en un ingrediente esencial en la cocina moderna.



## Lechuga de mar: frescura verde

La Lechuga de Mar destaca por su color intenso y su sabor fresco, casi herbáceo.

Se emplea frecuentemente en ensaladas; mezclada con arroces; en tortillas o revueltos

Es particularmente rica en hierro y clorofila.

## **Alga percebe: intensidad atlántica**

Entre las más singulares está la llamada Alga percebe, cuyo sabor recuerda al del famoso crustáceo gallego. Su intensidad marina la hace perfecta para arroces de marisco; fumets y platos de pescado.

Aporta una identidad gastronómica muy ligada al litoral gallego.

## **Un tesoro nutricional redescubierto**

El trabajo de Algamar ha contribuido a revalorizar las algas del Atlántico como ingredientes gastronómicos de primer nivel. Más allá de su interés nutricional, representan un puente entre tradición y vanguardia culinaria, permitiendo a cocineros y consumidores explorar nuevos sabores profundamente ligados al mar.

**En un momento en que la gastronomía busca productos sostenibles, naturales y ricos en identidad, las algas gallegas emergen como un recurso de enorme futuro.**

**Y empresas como Algamar han sabido demostrar que, en el océano que baña Galicia, existe una auténtica despensa verde todavía por descubrir.**