

Moral, una cocina desde el amor

A finales del siglo XIX, la ciudad de Santa Cruz de Tenerife, desde 1822 capital de Canarias, acometía el que sería primer polígono de ensanche impulsado por una promoción inmobiliaria de iniciativa privada.

El proyecto, concebido y ejecutado por la **Sociedad Constructora**, se centró en un espacio en forma de parrilla integrado por cinco calles paralelas, las actuales **San Lucas, San Clemente, Jesús Nazareno, Sabino Berthelot y Callao de Lima**, cortadas por las de **Robayna, Pi y Margall y Viera y Clavijo**.

Con medios propios, aquella empresa abrió y también construyó las calles, que cedió posteriormente al ayuntamiento, alcanzando un **éxito** que [pronto contagió](#) a otras sociedades que se animaron a seguir con la **tarea constructiva**, fomentando así el ya imparable **crecimiento urbano de la ciudad**.

Desde entonces, la calle Jesús Nazareno se fue poblando, cobrando vida y, además de casas terreras donde se **avecindaron familias**, en 1892 se instalaba en el número 42 una escuela para instruir a los niños, la de las niñas se ubicó en la calle de El Pilar.



Fachada de la fábrica The Perfection

Más adelante, en 1902, la fábrica The Perfection ocuparía el solar rotulado con el 2. El gerente Hans Peter Olsen y su hijo Guillermo anunciaron entonces que el 25 de septiembre comenzarían a servir sus productos al público.

Años más tarde, en 1910, la fábrica ya se promocionaba en prensa como **"la más importante de las islas y montada con todas las máquinas y aparatos modernos"**, ofreciendo agua de Seltz, Soda, Apolinaris y toda clase de refrescos, además de Ginger Ale, un producto **"saludable y recomendado para el tiempo caluroso"**. Fue en 1915 cuando incorporaron al catálogo su propia cerveza, la marca **The Perfection**, **"un tónico"**, decían.

Pero el espaldarazo llegaría cuando en 1927 la firma **The Coca**

Cola Company elegía esta industria para distribuir aquella **“bebida deliciosa y refrescante, pura y espumosa que estimula y agrada el paladar”**, que así la promocionaban, convirtiendo a Tenerife en el primer lugar de España donde se fabricó y vendió la mundialmente famosa Coca-Cola, de la que The Perfection producía unas 400 botellas por hora.

En 1934, antes de la crisis provocada por la Guerra Civil y continuada por la contienda mundial, que se prolongó durante 20 años, **esta embotelladora ya tiraba de fórmulas de márketing**, ofreciendo un vaso de regalo a cambio de la entrega de tres tapas usadas de Coca Cola.



Con el tiempo, la calle Jesús Nazareno sería también la protagonista involuntaria de un horrendo suceso. El 16 de diciembre de 1970, la policía descubrió en un piso del número 37 un dantesco escenario: **la horrible matanza ejecutada por el padre y el hijo de la familia alemana de los Alexander, absorbida por la secta Sociedad Lorber**, quienes declararon haber ‘purgado’ las almas de tres mujeres, mutilando sus cuerpos en un cruento rito que dio la vuelta al mundo.

Con todo, esta calle y sus gentes continuaron su pulso vital, acompasándose al ritmo de los tiempos, y en septiembre de 2012 se reconvertían en vía peatonal, integrándose en el espacio llamado Soho, una zona comercial en la que prima una variada oferta comercial y gastronómica ajena a las franquicias.

Desde finales del [pasado junio](#) a este tejido se suma el **Restaurante Moral**, que toma su nombre de ese longevo árbol, rústico y resistente, para Icíar Pérez y Juan Carlos Pérez-Alcalde un lugar a cuya sombra **comer moras**, mancharse las manos y divertirse, además de una metáfora del bien y el mal, como **Adán y Eva en el Jardín del Edén**.

También, y sin quererlo así, **este concepto encierra ese impulso anímico que han necesitado para ponerse en marcha, porque como le sucedió al Nazareno han padecido su particular penitencia**. En su caso, la desesperante espera de meses para hacer realidad la apertura del local por culpa de la tozudez del gestor eléctrico, incapaz de habilitar un simple trámite que la burocracia se empeñó en convertir en un obstáculo casi insalvable.

Por fin abrieron las puertas de su casa, una vivienda canaria de una planta, construida en 1890 y catalogada por el Cabildo, cuya blanca fachada se asoma desde amplios ventanales al número 13 de Pi y Margall, jugando a hacerse esquina

con Jesús Nazareno.

Moral

Este proyecto muestra la apuesta más personal de esta joven pareja, quienes durante su anterior etapa en el **Restaurante Poemas by Hermanos Padrón**, en el hotel **Santa Catalina de Las Palmas**, conquistaron una **estrella Michelin** y un **sol Repsol**, y que ahora, sin superfluas vanidades, se han decidido por acomodar una **cocina propia**, concebida desde el amor que sienten por sí mismos y también hacia el oficio.



Moral





El local es un ejemplo de **elegante sencillez**, con **mesas y sillas de madera**, material que nunca pasa de moda, y conservando el suelo hidráulico original de la vivienda, a base de mosaicos de colores neutros y lisos que no saturan el ambiente y dan brillo a una decoración simple, acogedora.

El espacio está distribuido en **una barra** para cuatro servicios, al fondo **la cocina** vista donde trajina la pareja y una sala con apenas siete mesas **—una a modo de reservado—** que atienden con buen jeito John y Jesús, quienes marchan a manera de recibimiento un **servicio de pan que lleva la firma de Rustiko Panadería**, al que se suman un galardonado **aceite de Cumbres de Abona** más una **mantequilla con anchoas** y el agasajo de un **vermut Laurisilva**, de elaboraciónn artesana.

La carta es sobria, con cuatro o cinco opciones para **entrantes, verduras, pescados, carnes y postres**, más la propuesta de un menú y múltiples referencias en el capítulo de **bebidas (aperitivos, vinos y espumosos)**, acaso excesivas.

En Moral se guisa al fuego, con oficio y estilo, y aunque huyen de catalogaciones en sus platos se perciben claros guiños a las cocinas francesa y vasca, magníficas escuelas.

De los **entrantes**, una original **ensalada de tomate corazón de buey y mar azul** en varias texturas, aliñados con unos toques de **parchita**. La **berenjena glaseada con anguila ahumada**, **champiñón Portobello laminado y salsa de yogur**, deliciosa composición que conjuga la **grasa del pescado**, que destila un **toque succulento y gelatinoso**, potenciado por el **delicado aroma a humo**, con el **sabor amargo de la berenjena** y el **frescor del yogur**, coronado por la **versión gourmet** del llamado **champiñón de París**.

Sorprenden los garbanzos con foie, no demasiado hecho, de factura jugosa y que renuncia a su carácter siempre dominante

para amigarse con el grano que se asocia a un caldo denso y untuoso, de fondo mantecoso, una mezcla que persiste en boca.

De la bodega surge un Erre de herrero 2023, un verdejo de Rueda que marida un pescado inusual por estas orillas: la raya. **Cocinada** al vapor, su **carne** presenta una agradable textura con suaves toques gelatinosos, acompañada de una **marinera salsa de mejillones** tocada con **vino**, los intensos **tirabeques** con su juego dulce y amargo y el **aromático perejil** sobre un caldo de la propia raya. La propuesta de la mar ofrece **pescado blanco con col y setas**, además de **merluza con espárragos**.

Entre las **carnes**, un **magret de pato**, en su punto, la **piel tostada** y sin nada de **grasa**, la **carne** poco hecha y perfectamente complementada con el **toque dulce de la salsa de naranja** y unos **orejones**. La carta ofrece también **albóndigas de cordero lechal** con **salsa de tomate especiada** o unas **codornices** asadas con **jugo de pimientos asados** y con **pétalos de rosas** encurtidas con **lichi**, **Guiso de conejo** con **mostaza** o un **lomo alto** con **mantequilla** **Café de París**, **mezcla de especias** y **hierbas**: **Francia en el paladar**.

Los **postres** cautivan. El **flan** con **crema de chantilly** y **mascarpone** es un vicio confesable como esa **calabaza bajo tierra**, con textura de un **tocinillo de cielo**, que se acompaña con **cremoso de chocolate**, **bizcocho especiado**, **gelatina de miel** **tostada**, **pipas de calabaza garrapiñadas** y **crujientes de canela** y **cacao**.

Si la **materia prima** no desaparece y **cocinas** como la de **Moral** persisten en la idea, las futuras generaciones seguirán disfrutando de platos clásicos, de esa **gastronomía atemporal** que siempre sobrevive a las modas.

Moral, una cocina desde el amor.

(Dado el aforo del local y la expectación que ha suscitado se recomienda reservar en el teléfono 672 451 555).

Exclusividad y alta cocina canaria a 4 manos en Las Terrazas de Abama Suites

Las Terrazas de Abama Suites, el próximo 9 de agosto, Tenerife será testigo de uno de los **eventos gastronómicos** más esperados del año. Dos de los **chefs** más destacados de las Islas Canarias, **Sergio Fuentes**, del restaurante **Melvin by Martín Berasategui**, y **Víctor Suárez**, del restaurante **Haydée** con una **estrella Michelin**, unirán sus talentos para crear un [exclusivo menú](#) que rinde homenaje a los productos canarios. Este evento se celebrará en el **restaurante insignia del hotel Las Terrazas de Abama Suites** y promete ser una experiencia culinaria sin igual.



Un viaje culinario por la tradición canaria

El evento, que se llevará a cabo el viernes 9 de agosto, ofrece una rara oportunidad de disfrutar de la **excelencia culinaria** de dos maestros de la **cocina canaria**. **Sergio Fuentes y Víctor Suárez**, quienes compartieron fogones en el **MB**** entre 2014 y 2016, se [reencontrarán](#) para sorprender a los asistentes con un **menú degustación** que combina **creatividad y tradición**. Esta colaboración promete extraer lo mejor de los **productos locales**, destacando la riqueza y diversidad de la **gastronomía de las Islas Canarias**.



Menú exclusivo de Sergio Fuentes y Víctor Suárez

Sergio Fuentes, del Melvin by Martín Berasategui, presentará una selección de platos meticulosamente elaborados, entre los que se incluyen un bollito relleno de requesón de Montesdeoca con tartar de camarón de El Hierro y finas láminas de vaca de raza basta canaria con yema curada y crema helada de pimientos rojos asados. Por su parte, Víctor Suárez, de Haydée, deleitará con su reconocido tomate fermentado del menú Raíz, un exquisito salpicón de calamar, trigo barbilla, cherne negro en mojo hervido con espuma de pil pil y un postre creativo de plátano que promete sorprender a todos los comensales.



Las Terrazas de Abama Suites

Las Terrazas de Abama Suites: Detalles del evento y la experiencia

El evento, que tendrá lugar en **Las Terrazas de Abama Suites** entre las 18:30 y las 21:30 horas, será exclusivo para 60 personas. El precio del **menú degustación** es de 120€, con la opción de armonía de **vinos de las Islas Canarias** por un adicional de 50€. El restaurante **Melvin by Martín Berasategui**, ubicado en **Guía de Isora**, ofrece una **experiencia gastronómica** única con vistas espectaculares al **océano Atlántico** y la **isla de La Gomera**, todo en un entorno decorado por la prestigiosa interiorista **Rita Rosés**.

Sobre los chefs

Sergio Fuentes

Sergio Fuentes inició su carrera en la marca Berasategui, realizando prácticas en el MB** tras sus estudios en el Hotel Escuela de la Comunidad de Madrid. Su formación continuó en el prestigioso restaurante Azurmendi de Eneko Atxa, con tres estrellas Michelin. Desde 2017, Fuentes ha sido parte del equipo del Melvin by Martín Berasategui, primero como sous chef y desde 2022 como chef principal. Su cocina destaca por su personalidad única y su respeto por los productos locales, especialmente los del mar y la huerta tinerfeña.

Víctor Suárez

Víctor Suárez, chef del restaurante Haydée, ha sido influenciado por figuras como Martín Berasategui y los hermanos Adrià. Su carrera incluye prácticas en Azurmendi y Nerua en el Guggenheim de Bilbao. Bajo su liderazgo, Haydée ha obtenido una estrella Michelin, ofreciendo una experiencia culinaria que busca dejar un recuerdo duradero en cada comensal.

Para quienes deseen complementar la **experiencia gastronómica** con una estancia en el hotel, **Las Terrazas de Abama Suites** ofrece 161 suites y ha sido reconocido como **el mejor de España por los World Travel Awards**.

Este evento culinario no solo celebra la **alta cocina canaria**, sino también la amistad y colaboración de **dos chefs** que comparten una visión común de **excelencia** y respeto por los **productos locales**. Una cita ineludible para los amantes de la **gastronomía en Tenerife**.

El menú: camarones, cerveza y brisa marina

Su presencia en **bares, terrazas y restaurantes**, habitualmente en compañía de una cerveza bien fresquita (con o sin alcohol) y si se quiere cerca de esa estampa idílica a orillas de la mar, **aderezados** por el **spray marino**, representa una de esas señales que, a golpe de vista, y de calor, se asocia inequívocamente con la llegada de la **época veraniega** y también supone un símbolo de felicidad, cuanto menos transitoria.

El camarón, ese bichito que encierra en un cuerpo tan pequeño una excelente calidad, de carne blanquecina y relativamente consistente es uno de los **mariscos** más apreciados en **Canarias**, además de toda una **golosina** gracias a su dulzor marino yodado, un **delicioso vicio y de ingesta** casi compulsiva como ocurre con las **pipas de girasol**.

Desde hace más de un siglo los **camarones** vienen figurando en las cartas de las **casas de comida y restaurantes de la Isla**, como queda documentado en casos como el del **Polo Norte** (referencias en 1907 y 1908 en Diario de Tenerife); **Macanudo Restaurante**, en la calle Santo Domingo (La Gaceta de Tenerife, 1911); el **Merendero Popular**, en la calle San Martín (La Prensa, 1911 y 1912); **El Guanche**, en Valentín Sanz, 12 (La Prensa, 1912); **El Blanco**, en la calle del mismo nombre esquina a [San Miguel](#), en una carta ofrecida en francés (La Prensa, 1919); en **La Igualdad, casa de comidas** en la calle Candelaria, 2 (La Prensa, 1919) y en almacenes de comestibles como el International Stores, en la Plaza de la Constitución, 6 (El Progreso, 1920) y en **Bonnet**, Candelaria, 26, en este caso enlatados (El Progreso, 1926).

La versatilidad que brinda este **marisco** queda fuera de dudas. Se puede utilizar en fresco, refrigerado o congelado y se comercializa siempre entero. Las formas de elaborarlo van

desde la clásica, **hervido**, además de en **ensalada**, con **espaguetis**, a la **plancha**, en **ceviche**, en **carpaccio**, **frito**, en **tortilla**, en **pinchitos**, con **frutas**, al **ajillo**, etc.

En aguas del **Archipiélago** es posible encontrar las siguientes especies: el **camarón o camarón narval** (*Plesionika narval*) es el que cuenta con mayor tradición culinaria en las Islas, consumiéndose generalmente cocido y servido como entrante. Su captura se realiza entre 100 y 200 metros de profundidad con arte de nasas.

El camarón soldado (*Plesionika edwardsii*) vive a mayor hondura que su familiar y en aguas más frescas. Dado su mayor tamaño puede consumirse tanto hervido como a la plancha, incluso en ceviches y como ingrediente en ensaladas.

Camarón marcial (*Plesionika martia*) presenta una talla media que aumenta gradualmente con la profundidad y su carne es más sabrosa que la de muchas gambas.

Por su parte, los **camarones cabezudos** (*Heterocarpus*) se capturan entre 400 y 1.000 metros de profundidad, aunque en cantidades testimoniales. Su calidad es extraordinaria, por encima de muchas gambas y otras especies de **camarones**, como lo es también su escasez.





Afortunadamente, las Islas están cuajadas de un sinfín de **establecimientos** que profesan adoración por los **camarones** y los preparan a las mil maravillas para regocijo de sus comensales. Y siguiendo aquel refrán que dice **“Camarón que se duerme, se lo lleva la corriente”**, es decir, acaba en la cazuela, ahí van algunas recomendaciones.

En el Bahía, **La Fula y el Bistró de Antonio Aguiar**, exquisitamente cocido. El maestro **Antonio Aguiar** es **amante del camarón** y en su local de la **calle Pérez Zamora, 12, en Puerto de la Cruz**, se ofrece un producto fresco, que llega saltando, recién cogido, y que se prepara con mucha **sal gorda**, cocido durante tres minutos y sumergido de inmediato en abundante hielo para evitar que se pasen.



La Fula

Otro tanto se puede decir de **Nacho Solana**, chef de **La Fula GastroMar**, establecimiento ubicado en la vía interior de **Cueva Bermeja**, en la **Dársena Pesquera** santacrucera, que participa de idéntico método, incorpora al plato unos **gajos de limón** y en ocasiones lo prepara también **acevichado**.

En el **Bar Bahía**, en la **Avenida de Anaga** camino de **San Andrés**, el gallego **Ramón Neira** comparte el modus operandi de sus compañeros, con un resultado igual de sabroso. Eso sí, ninguno de ellos utiliza hoja de laurel en la cocción.



Bar Bahía

En **Taberna Girón** reclutan al camarón soldado. Se trata de un producto fetiche que figura en su carta como gamba canaria. Con idéntico procedimiento que el de sus colegas de faena, Maribel, experimentada **cocinera**, agasaja al cliente en su local de la **Avenida Marítima de Candelaria, 33 (Las Caletillas)** con un género de calidad que **cocina en agua, sal y**

asusta en frío. Un manjar que se come con los dedos.



Taberna Girón

En San Sebastián 57, cocido, a la plancha, en tartar o carpaccio. El chef Alberto González Margallo, chef de este restaurante capitalino, es un apasionado del camarón soldado, que prepara de forma tradicional, cocido o a la plancha, pero también en forma de tartar, aliñando con un aceite que obtenemos de sus cabezas, la cola picada en dados, sal, pimienta y mezclar emulsionando el aceite con el resto de los ingredientes.



Otra alternativa es el **carpaccio de camarón**, lacado con **aceite de su esencia**, **caviar de trucha con brotes tiernos de guisante**, **cilantro y garbanzo**. Este [plato frío](#) lo sirven con una **corteza de arroz con polvo de sus pieles** y **tres salsas: mayo-wasabi, soja y espuma de ali-oli**. Delicias a elegir.

Tortillita de camarón y camarón borrachito en La Gastro Tienda. Como parte de sus ya tradicionales y gustosas jornadas temáticas, **La Gastro Tienda**, local que se encuentra en la **Avenida Embajador Alberto de armas, local 2, en La Laguna**, rinde tributo a la **tortillita de camarón**, al más puro **estilo gaditano**. Mari José echa mano de **harina de garbanzos**, también de la de **trigo**, más **perejil, cebolleta y camarón pipa**, **justa de aceite y el gesto particular de la cocinera**. Además, el **camarón borrachito**, **bocado de la cocina cubana** que en este caso se asemeja a nuestro **langostino**., que se macera en un **menjunje** que lleva **ron, salsa de Tabasco, cebolla, laurel, perejil, pimienta y sal**. Se cocinan y se flambean en la mesa con **ron, acompañados de rodajitas de limón**. Una locura.



La Gastro Tienda

En **Isleño Delgado**, el **camarón rojo**. Se trata de una especie que se pasea por aguas mauritanas, en el **banco canario-sahariano**, de un color **rojo escarlata** similar al del **carabinero** y que en este local lagunero ubicado en la **calle Herradores, 18** se sirve cocido con **hielo pilé**.



Nielsen adora la **gamba roja**. No se trata de un **camarón**, pero sí forma parte de la familia. El **cocinero danés**, en su local del **Callejón del Combate**, trabaja este marisco en **diferentes texturas**: Crema de marisco con gamba roja; Ceviche de gamba roja y zamburiñas; Taco de langostino en tempura, albahaca y

huevas o Canelón de gamba roja. La boca se hace agua.

En La Concepción bendicen la cocina urbana

Las campanadas suenan a antiguo, con ese tañido que evoca otros tiempos. Así viene siendo desde hace más de cinco siglos, cuando allá por el año 1499 comenzó a edificarse la matriz de la Iglesia, primero llamada de La Santa Cruz y más tarde de La Concepción.

Este símbolo del poder religioso, como en lo militar lo fue la fortaleza que se alongaba vigilante a orillas del Atlántico, lo levantaron los conquistadores que desembarcaron [enarbolando la espada](#) en una mano y portando la cruz en la otra, aquéllos que liderados por el Adelantado proclamaron rodilla en tierra la fundación del lugar y puerto que bautizaron con el nombre de Santa Cruz de Añazo.

De ese originario núcleo, heterogénea mezcla humana de labradores, cabreros, pescadores, algún comerciante, un puñado de gentes en busca de fortuna, frailes y unos pocos guanches asimilados -los que no sufrieron esclavitud se habían dispersado por la isla- a día de hoy solo se mantiene vivo aquel primer templo, reedificado y ampliado, que luce orgulloso una arquitectura de línea toscana mientras asoma la mirada a una balconada de estilo canario.



Desde la altura, esta torre tutela un entorno singular, catalogado como Bien de Interés Cultural -lastimosamente desplazado y olvidado- y que tras el eco de las campanas parece reivindicar con cierta nostalgia lo que pudo llegar a ser.

La Concepción

En su costado derecho, a pocos pasos tomando calle de La Noria arriba, se alza una casa de dos pisos, testigo de la pujanza decimonónica de la burguesía comercial capitalina y que ahora alberga en sus bajos un lugar de evidente interés gastronómico: el restaurante [La Concepción](#).

En este local, provisto de terraza y comedor interior, no se entretienen en modernidades impostadas ni tampoco en extravagancias ni postizos; aquí se cocina desde el conocimiento y el respeto al producto con un concepto adecuado sobre lo que significa la contemporaneidad, esa especia que sabe a encuentro, a fusión, manejando técnicas y volúmenes con un sentido preciso. Los platos se presentan sin necesidad de adornos, genuflexiones ni monsergas; basta con los matices justos.

Un servicio cordial cuida y hasta educa con mimo al cliente, sobre todo al ajetreado urbanita, esa especie siempre agobiada por las prisas, habituada a comer sin soltar el móvil y que mientras habla a boca llena va tragando apenas sin masticar, sin reflexionar.

Porque La Concepción es de esas propuestas que anima a recuperar el goce del paladeo, detenerse en el detalle, callar y disfrutar hacia adentro para así descubrir y guardar sabores.

Ejemplo de cocina urbana diseñada por la diestra mano del chef Pablo Amigó, que tiene su continuidad en un cocinero como Kevin, el prólogo arranca con un divertimento en frío, una pasta para untar en forma de deliciosa mezcla de queso cremoso, tomate seco, semillas de sésamo y cebollino, que se acompaña con el descorche de un Orange de Bodega Piedra Fluida, Listán blanco de Los Frontones (Vilaflor) -los viñedos más altos de Europa-, con pase en barrica de roble y acabado en botella.

Compartir y disfrutar

En la idea de que compartir es vivir, la carta ofrece bocados de siempre -jamón ibérico, quesos, bravas, etc.- junto a otros como croquetas de centollo, de sabor delicado; zamburiñas en salsa batayaki, jugoso salteado de mantequilla, ajo tostado y lima o bien mini brioche de langostinos Panko, que se conjuga de manera equilibrada con aguacate, piña salteada con tequila, mayonesa de kimchee, millo y cilantro.





La Concepción







Lo verde también tiene su lugar en la mesa y más allá de ensaladas, que las hay, sorprenden las alcachofas, tradicionalmente sosas, pero que ganan su protagonismo confitadas con cecina de León, parmesano, rúcula y anchoas. En esa misma línea, la berenjena tatemada -cocinada directamente

en el fuego- forma una sabrosa sociedad con acompañantes como mojo de cilantro, pasta de sésamo, miel y limón, además de tomate y menta poleo.

La bodega Piedra Fluida brinda su Magec, ensamblaje de listán blanco y negro, y de cuyo precio se destina 1 euro a la recuperación de los montes de Tenerife calcinados por el último incendio: viticultura y actitud heroicas.

En la carta figuran huevos rotos, pasta y arroz de la casa, pero la mar salada regala detalles atractivos, como el chili crab de cangrejo, plato nacional de Singapur, picante, un guiso que esconde su gustoso secreto en la salsa, potente e intensa, a base de chile, ají y salsa de nécora, o unas a repitas con tartar de atún spicy y huevos fritos de codorniz.

Entre las carnes, albóndigas, carrillera, secreto, costilla de vaca o lomo alto.

El capítulo dulce concluye con un coulant de pistacho con helado de chocolate. ¡Ah!, los peques tienen sus platitos a medida.

El desayuno saludable y con producto local centra el VII

Peque Chef Saludable, el taller de cocina solidario de Ashotel y Cruz Roja

La asesora de eventos gastronómicos Cris Hernández fue la encargada de capitanejar en esta ocasión a los más pequeños

Unos 20 niñas y niños participaron esta tarde en la séptima edición de '**Peque Chef Solidario**', el taller infantil de cocina saludable que organiza **Ashotel** junto a **Cruz Roja Española** en el hotel **Iberostar Heritage Grand Mencey**, establecimiento que colabora con esta iniciativa. La séptima edición de este evento solidario contó como conductora con **Cris Hernández**, asesora de **eventos gastronómicos**. Los pequeños aprendieron a preparar varias recetas de desayunos, elaboradas con productos de cercanía y de calidad.

Cris Hernández, con más de 15 años como organizadora de **eventos gastronómicos y cursos de cocina**, es también presentadora de concursos culinarios y colaboradora de medios especializados en gastronomía. Además de la propietaria de **Sabela Bar & Food Market**, un local especializado en desayunos en el que se apuesta por lo artesano y en el que el producto local es una realidad, es la creadora de Le Good Market, un evento que potencia los productores y artesanos locales y de kilómetro 0, nacido en 2015 en Santa Cruz de Tenerife.



El sándwich mixto canario a lo Sabela;

tosta de aguacate, pata asada y mango; zumo de frutas tropicales y torrijas fueron las recetas que prepararon en pequeños equipos estos aprendices de chef, niños y niñas de entre 7 y 12 años.

Cris Hernández explica su preparación: “Elaboramos este pequeño *brunch* basado en un mixto canario al que le quitamos el clásico jamón y queso de siempre y lo sustituimos por queso de cabra palmero ahumado con **chorizo de Teror** en un pan **brioche artesano**; también estamos con un batido de leche de **avena con plátano**, canela, arándanos y con un tono divertido; continuamos con una tosta de aguacate, mango y pata asada en la que los niños y niñas van a desarrollar su imaginación y con una base y unas indicaciones sencillas vamos a animarlos a que cada uno lo decore a su estilo; finalmente, elaboramos una **torrija**, en vez de frita, a la plancha, empapada en leche, con huevo y frutas frescas, algo divertido para que luego se lo preparen a sus padres en casa”.



“No solo es importante que desde pequeños sepamos cocinar para valernos por nosotros mismos, sino que sepamos nutricionalmente hablando qué es lo que **comemos**, de dónde vienen los productos, cómo se elaboran... en definitiva, preocuparnos por lo que nos llevamos a la boca, que va a determinar en gran medida nuestra salud”, añade Cris Hernández, quien este año tuvo como ayudantes de cocina a varios voluntarios de Cruz Roja.

La vicepresidenta de Ashotel en el área metropolitana, Myriam Ortega, y la directora provincial del área de Conocimiento de Empleo de Cruz Roja en Santa Cruz de Tenerife, Verónica Díaz Navarro, fueron las encargadas de dar la bienvenida a los participantes al taller.

La vicepresidenta de **Ashotel** explicó el triple objetivo que

tiene Peque Chef: “En primer lugar, contribuir a que los más pequeños aprendan, en un ambiente divertido, a preparar recetas sencillas y saludables y, a ser posible, con productos locales; en segundo lugar, a poner en valor las figuras profesionales del **chef, cocinero, ayudante de cocina**, profesiones clave en la **industria hotelera**; y finalmente, ayudar a una causa solidaria, el Sorteo del Oro, cuyos beneficios se destinan a proyectos y fines sociales, promovidos por Cruz Roja Española”.



Por su parte, la responsable de Cruz Roja mostró su creencia “en el poder transformador de la solidaridad que une a nuestra sociedad”. Díaz recordó que gracias al apoyo de iniciativas como esta, en colaboración con **Ashotel**, “podemos continuar con nuestras importantes labores humanitaria hacia la ciudadanía canaria” y añadió su agradecimiento “a todas las personas participantes que hacen posible este evento, contribuyendo de manera tangible a mejorar la vida de quienes más lo necesitan”.

Este año, durante el tiempo en que los pequeños participantes del taller se afanaban en aprender cómo hacer ese **brunch** saludable, sus progenitores pudieron asistir a una cata de quesos canarios comentada, a cargo de **Zebina Hernández**, secretaria técnica de la **Cátedra de Agroturismo y Enoturismo de la Universidad de La Laguna (ULL)**, máster en **Producción y Elaboración de Productos Lácteos** por la UNESCO y consultora externa en productos gastronómicos de calidad.



Hernández abordó en una primera parte el valor de los **quesos canarios** con denominación de origen, explicó las diferencias de algunas **ganaderías y las leches** específicas que se producen para la elaboración de **quesos** y finalmente, en la [parte práctica](#), comentó varios quesos, que los padres y madres pudieron degustar, al tiempo que conocían también otros productos derivados de la leche, como el **requesón**, así como otros de elaboración local como **aceite o miel**.

‘**Peque Chef Solidario**’ es una acción de Responsabilidad [Corporativa de Ashotel](#) que nace del convenio suscrito en 2016 con **Cruz Roja Española** y tiene un cariz solidario a través del precio de inscripción de cada niño y niña, 25 euros, a cambio

de los que se les entrega a sus padres varios boletos del Sorteo de Oro de la Cruz Roja, que se celebra en julio.

Cachopo, milanesa y otros empanados: sabrosa familia

Las primeras noticias conocidas sobre el **cachopo** asturiano o cachopu las recoge el doctor **Gaspar Casal**, a principios del siglo XVIII. Posteriormente, en El libro de cocina publicado por la gastronoma **Adela Garrido** en 1938, el plato apareció bajo la denominación de [filete a la asturiana](#). Como señala el crítico gastronómico **José Ignacio Gracia Noriega**, “el cachopo era un plato antiguo y de sobra conocido por la burguesía asturiana desde comienzos del siglo XX”.

El Bar Pelayo y la popularización del cachopo

Por su parte, el gastrónomo **Eduardo Méndez Riestra** sostiene que los cachopos se conocieron gracias al desaparecido **Bar Pelayo**, en la ciudad de **Oviedo**. Corrían los años 40 del siglo pasado cuando la cocinera de este restaurante, de nombre **Olvido Álvarez**, popularizó el famoso filetón. Dos décadas después, **Enedina Rodríguez**, hermana del propietario, lo difundió aún más y así fue calando a partir de los años 60 en otros locales del Principado y de ahí al mundo.



Bar Pelayo, en la ciudad de Oviedo

El boom del cachopo en la era moderna

Aunque el cachopo siempre ha sido un plato reconocible, sencillo y sabroso, el boom le llegaría cuando a partir de 2012 la llamada **Guía del Cachopo** comenzó a celebrar su célebre concurso para seleccionar los mejores. Este concurso evalúa cachopos en categorías nacional e internacional, y también en cada comunidad autónoma, incluyendo modalidades veganas, celíaco y de pescado. Los participantes deben demostrar ante un jurado especializado las virtudes de este plato estrella de la **cocina asturiana** en aspectos como la calidad de la carne, el empanado, la guarnición, la presentación y la originalidad del plato.



Variaciones y rellenos del cachopo

En su **Diccionario de cocina y gastronomía de Asturias** (Ediciones Trea), **Méndez Riestra** explica el término **cachopo**, que la RAE define como “tronco seco y hueco de árbol”, relacionándolo con su característica primordial: el relleno. Tradicionalmente, el cachopo se rellena con queso, jamón y espárragos, pero las variaciones actuales incluyen morcilla de arroz y pimientos del piquillo, dulce de manzana y queso de Cabrales, o chosco (embutido) de Tineo y queso de cabra. Originalmente, el plato se pasaba inicialmente por la sartén y

se remataba en la cazuela con una guarnición salseada de arbeyos (guisantes), champiñones y pimienta morrón.

Lo cierto es que la carne empanados siempre ha tenido una cierta mala fama entre las gentes de la restauración y es así porque se cuestiona, de manera general, que se preparan con carne de escasa categoría, por la baja calidad del aceite que se utiliza en su elaboración y también porque se suele servir demasiado graso.

La receta del cachopo, que representa un ejemplo más de la cocina de aprovechamiento, provoca cierto debate en cuanto a su paternidad. Lo que para muchos es un plato de culto y tradicional del Principado, para otros no es más que un simple bocado de batalla y los hay que hasta lo comparan con otros similares, y es que la familia es amplia y además muy sabrosa.

El wienerschnitzel, un sencillito escalope de carne de ternera, es el plato más conocido de la gastronomía austríaca. Más hacia el Este, otras recetas guardan bastante parecido, como el **schabowy**, típico de Polonia, o el **pozharsky**, de origen ruso. En el caso del plato polaco se utiliza carne de cerdo, que a veces se sustituye por una buena carne de ternera, que se enharina, se pasa por huevo y se empana.

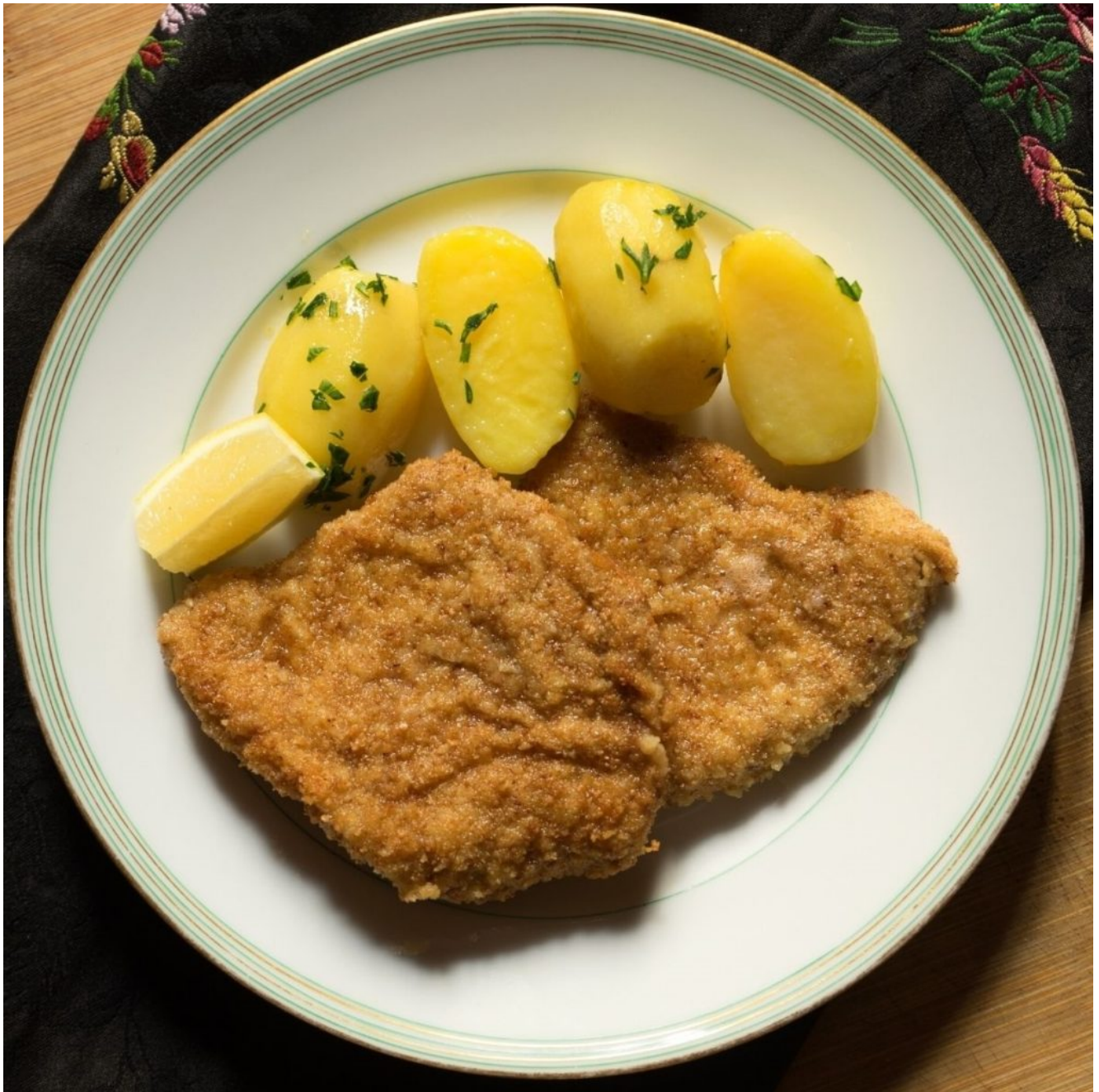
La cotoletta alla milanese se elabora también con una buena carne de ternera, que se enharina, se pasa por huevo y se empana.

La milanesa argentina es heredera del plato italiano, receta que llevaron los migrantes trasalpinos hasta América Latina. En Argentina es tremendamente popular y se aplica a cualquier preparación que incluya el empanado.

Tonkatsu japonés. Ton significa cerdo y katsu chuleta. En este plato, el protagonismo se lo lleva el cerdo y no la ternera, pero por lo demás su preparación es casi idéntica al resto de empanados.

El francés cordon bleu (cordón azul) se prepara tradicionalmente con carne de ternera, pero ha evolucionado hasta encontrarlo de pechugas de pollo o de otros tipos de carne. Su relleno tradicional es de jamón cocido y queso, manteniendo la ortodoxia de harina, huevo y pan rallado.

El sanjacobó, todo un clásico de la gastronomía española, es un empanado de jamón cocido y queso, rebozado y posteriormente frito. De él se apunta que se servía en albergues y posadas durante el Camino de Santiago a los peregrinos. Razón por la que también tiene ese nombre, ya que Jacobo y Santiago (al igual que Yago y Jaime) derivan del hebreo Yakov.



El wienerschnitzel



La cotoletta alla milanese



La Milanesa argentina



El Flamenquín



El cordon Bleu francés

El flamenquín. Las recetas originales incluyen carne de cerdo, más barata y más frecuente que la de ternera o vaca. Su paternidad se la disputan entre la localidad cordobesa de Bujalance y la jienense de Andújar, donde se arguye que se creó el flamenquín en el año 1939 en el bar Madrid-Sevilla y que de ahí saltaría a Bujalance. Una teoría sostiene que se les llama así por su similitud con el flamenco, que abunda en las orillas del Guadalquivir, por esa rigidez y porte. Otras derivan del color tostado y rubio que tiene este frito, que se asemejaría a los colonos flamencos que llegaron durante el reinado de Carlos III para repoblar Sierra Morena.

La universalidad de este plato también tiene su reflejo en Canarias. Pero antes de lanzarse a esta aventura gastronómica hay que dejar un buen hueco en el estómago.

Cachopos destacados en Canarias

En Canarias, diversos restaurantes ofrecen versiones destacadas del cachopo:



Cachopo Wine & Cheese



Cachopo Fogón Cho Edu



Milanesa argentina en Taberna Puerto Libre

- **Mesón Restaurante Don Pelayo**, calle Benavides, 30, Santa Cruz de Tenerife (tfnos.: 922 27 11 59/ 922 2419 66/ 646

021 510) brinda un cachopo como manda la ortodoxia, según los cánones de dos asturianos que veneran a la Virgen de Covadonga: Vicente y José. A lo largo y lo ancho un fino empanado para una carne de ternera, de la parte de la bola, de primera calidad e ideal para este plato, cómo también el relleno de queso de vaca, que se funde manteniendo su suavidad sin llegar a derretirse, jugosa, como también el jamón ibérico. De guarnición, unas papas fritas.

- **Wine & Cheese**, calle San Francisco, 28. Santa Cruz de Tenerife (tfno.: 654 132 558). Chema Vicente, de origen leonés y vecino de Asturias, es un apasionado defensor de la cocina tradicional. El cachopo que sirven en este local se prepara a partir de solomillo de vaca, además de jamón, un queso suave y una farsa de espinacas y boletus, y frito en la sartén, nada de freidora industrial.
- **Fogón Cho Edu Restaurante**, Enlace Autopista-La Hidalga, TF-281, número 35, junto a El Volcán, en Arafo (tfno.: [685 543 910](tel:685543910)), se muy estar orgulloso de su cachopo de carne de ternera asturiana y relleno de jamón ibérico, queso especial para fundir, jamón ahumado, crema de setas y Cabrales, con una guarnición de papas fritas y pimientos de piquillo.
- **Taberna El Txupinazo**, en la calle Berna, s/n, de Los Cristianos, Arona (tfno.: [648 004 877](tel:648004877) – [822 143 789](tel:822143789)) cocina un cachopo de carne de ternera con un relleno de paleta de jamón curada, queso Idiazabal, queso Ronkari azul y queso semicurado, acompañado por una guarnición de papas panaderas y pimientos.
- **Taberna Iruña**, Paseo Cándido García San Juan, 2 (junto al Casino Playa Las Arenas), Costa Adeje, (tfno.: [922 535 485](tel:922535485)) también repite el cachopo de ternera con un relleno de paleta de jamón curada, queso Idiazabal, queso Ronkari azul no y queso semicurado, acompañado por una guarnición de papas panaderas y pimientos.
- **Tasca La Comarca**, Camino San Miguel de Geneto, 147, La

Laguna (tfno.: 922 24 04 89), donde tienen en carta un cachopo, el plato más demandado, elaborado con carne de ternera bien empanada que envuelve un relleno de jamón de recebo y un queso semicurado, y como guarnición papas fritas y pimientos.

- **Taberna Puerto Libre**, calle Carmen Monteverde, 50, Santa Cruz de Tenerife (tfno.: 693 541 163), local regentado por el argentino Luis Guilmezian, brinda a sus clientes un plato de la culminaría de su país: la milanesa, plato que prepara con una pieza de carne de ternera, lomo bajo, que empana y a la que añade una salsa de tomate de albahaca, abundante queso mozzarella y su correspondiente guarnición de papas fritas.
- **Restaurante Grill Sabor**, Carretera Los Castillos, Arucas, Gran Canaria. (tfno.: 634 72 80 00) ofrece un cachopo de ternera gallega, pero singular, con un relleno a base de sobrasada, jamón serrano, queso ahumado canario y miel de caña.
- **Pablo's Ecoburgers**, calle General Vives, 54, El Puerto, Las Palmas de Gran Canaria (tfno.: [928 27 86 99](tel:928278699)), brinda un cachopo a partir de una carne molida de chuletón de frisona asturiana, relleno de tomate de ojo de buey y queso cheddar (ahumado bajo campana) y una guarnición de papas fritas con mostaza y ketchup.
- **Puerto Astur**, en calle Secretario Artiles, nº 49, Las Palmas de Gran Canaria (tfno.: [828 131 298](tel:828131298)), presenta dos opciones. Un cachopo de carne de solomillo de ternera asturiana, relleno de chorizo de Teror y queso gouda y una guarnición de crujiente de papa con cebolla de puerro y otro de merluza asturiana, relleno de langostino salvaje con salsa kimchi y jambal, con una guarnición de crujiente de papa con cebolla de puerro.
- **Bar Restaurante Asturias**, Mancomunidad nº 5, Local 3 B, Arrecife, Lanzarote (tfno.: [928 599 883](tel:928599883)) sirve un cachopo de carne de ternera, relleno de jamón serrano y queso ahumado de cabra, con guarnición de papas fritas, salsa de queso Cabrales y pimientos asados al ajo.

El Chef Pedro Nel Restrepo: “El Premio Diario de Avisos cierra la portada del libro que empezamos a escribir hace muchos años”.

Por Francisco Belín

El [chef Pedro Nel Restrepo Osorio](#) y todo su equipo no podían ocultar su emoción al conocer, este domingo día 23 de junio, que el establecimiento santacrucero ha sido considerado Mejor Restaurante de los 39 Premios Nacionales “Diario de Avisos”, tal y como apareció publicado en el citado periódico tinerfeño junto al resto de galardonados.

La Entrevista

Fran Belín. – Cuando se enteró que uno de los premios más admirados -Mejor Restaurante de Diario de Avisos- recayó en Etéreo By Pedro Nel tras ser anunciado, tal y como ocurre cada año, al publicarse la relación de galardonados en el rotativo, ¿cuál fue la primera reacción? Aunque suene a topicazo

periodístico.

Pedro Nel. – Esto no se nos pasaba por la mente pero hoy es toda una realidad. Creo que es un reconocimiento de los más importantes en el [mundo gastronómico](#) al que se puede aspirar; en su momento, tuve la oportunidad de conocer a Manuel Iglesias, el fundador de los Premios hoy de ámbito Nacional.

Recuerdo entonces con cariño que me pidió que le explicara qué era eso de una tasca con nivel, que era el formato con el que empecé a trabajar hace muchos años. En mi respuesta hubo mucho de lo que continúa siendo lo que en buena parte rige en el actual Etéreo: elaborar una cocina sencilla pero con un nivel de distinción, una Sala comprometida y vinos y destilados de excelencia.





Después de tantos años nos encontramos con esta noticia, una sorpresa que nos aporta otro sello más de calidad a nuestro trabajo diario y que reconoce el esfuerzo y la dedicación.

Hemos estado unas veces arriba y otras abajo, y conocemos muchas facetas del ámbito gastronómico y la hostelería. Por supuesto que nuestro equipo está más que feliz con este logro.

Fran Belín. – Cada premio es un escalón más, como los Dos Soles Repsol obtenidos este año, y cada uno trasmite un significado especial.

Pedro Nel. – Sin duda e igual de especial es mi agradecimiento hacia esos Premios Nacionales que rozan los 40 años de existencia. Esta gran hazaña para nosotros cierra la portada de un libro que empezamos a escribir hace muchísimos años. Se ha escrito parte de esa historia y este galardón inmenso viene a darle el nombre a ese libro con origen en un cocinero humilde que con perseverancia y la de las personas que le han rodeado viene a completar el título de esa obra vital. Estimo que este reconocimiento está al más alto nivel y recibirlo constituye un orgullo, tal como si recibes la Estrella Michelin o el Sol Repsol.

Fran Belín. – Los premios cosechados hasta hoy suponen un acicate para mantener el nivel. Recibir el Mejor Restaurante “Diario de Avisos” qué va a traer a Etéreo.

Pedro Nel. – Independientemente de cuál sea el reconocimiento, nunca bajamos ni bajaremos la guardia. Lo que está en el currículum ahí figura pero en ningún caso se puede vivir de ello al día siguiente. Estos éxitos del grupo humano vienen a reforzar esos lazos del trabajo colaborativo que afianzamos junto a la estrategia que tiene el compromiso, como ya comenté, de base fundamental.



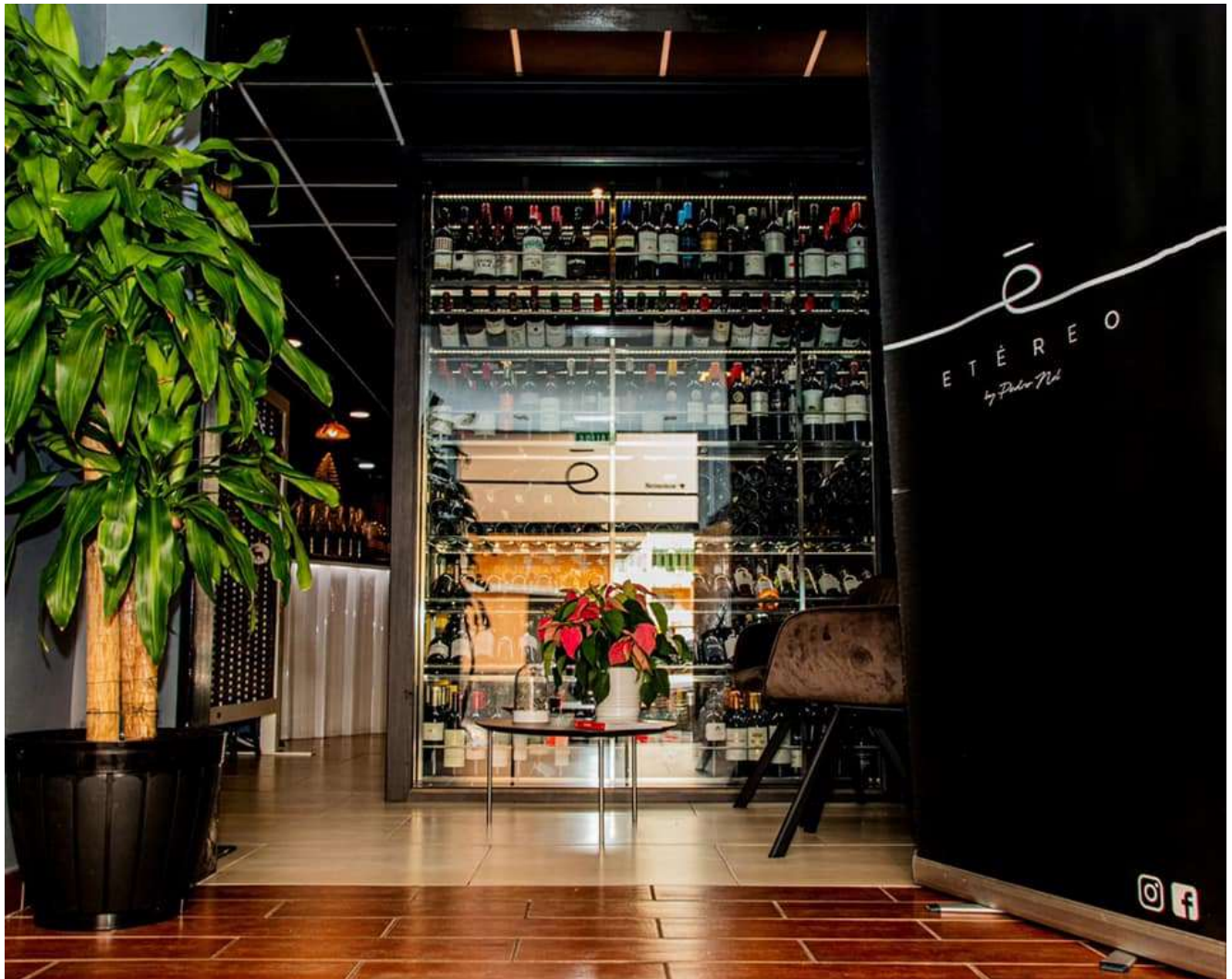


chef Pedro Nel Restrepo Osorio









Genera también, cómo no, esa ilusión especial que hay que tener en todo momento para poder llegar a las cotas de calidad que nos hemos marcado y mantener un proyecto como el de Etéreo en el que jamás nos permitirnos parar, pues siempre estamos en constante evolución.

El reconocimiento, venga de donde venga, es agradable, pero no nos esmeramos en función de que nos reconozcan, que quede claro; estoy convencido que ya el restaurante está bien reconocido. Lo relevante es que lo sea por parte de los que nos visitan y es que eso para nosotros es realmente nuestra razón de ser. De todas maneras, no se puede negar que un galardón como este nos eleva de nivel y nos lleva a jugar en otra liga de la restauración de Canarias y España.

Los Amigos Canarios del Buen Comer en el Restaurante “El Malaka”

Por: Antonio Pérez Viera Fotos: José Antonio Melián.

[El Malaka](#), es un excelente restaurante que, a través de sus menús, ofrece auténticos viajes gastronómicos de las cocinas del sudeste asiático, de China y de India. Experiencias colectivas inspiradas en el *hawker*, en el *warung* o en el *yumcha*, donde tradicionalmente se comparten los platos en un ambiente casual, muy apropiado para descubrir juntos, alimentando la curiosidad y el diálogo, tal y como nos gusta a los **Amigos Canarios el Buen Comer**.

El pasado sábado, 8 de junio de 2024, **29 Amigos Canarios del Buen Comer**, realizamos nuestra octagésima octava (**90^a**) visita a restaurantes de nuestra isla, que en esta ocasión ha sido al **“Malaka”**, que está situado en la C/ Nava y Grimón, 16, en San Cristóbal de La Laguna, con amplio aparcamiento en la trasera del restaurante y en el Laguna Gran Hotel.

Las especialidades del Restaurante **“Malaka”** son el Char Siu, el Dim Sum y la Torrija, entre otras exquisi-teces. Dispone de una amplia bodega con más de 60 referencias de distintas denominaciones, con especial selección de vinos canarios y algunos sherry's.



El Malaka

El precio medio oscila entre **30** y **50** euros por persona, lo que, dada la gran calidad de sus productos y el excelente servicio que ofrecen, supone una excelente relación calidad-precio. Cierra los lunes y los martes a mediodía, y es conveniente hacer reserva, especialmente los fines de semana.

El Malaka, sus propietarios son Jonay Armas y Leidy Liz.

Jonay Armas, es un gran cocinero de nuestra tierra, con amplia experiencia en restaurantes de estrella Michelin tanto en [Madrid](#) como en Cataluña. Primer canario en obtener dos estrellas Michelin en el restaurante “The Principal” en Hong Kong. Con dilatada experiencia, durante más de 12 años, en diversas partes de Asia, como, Indonesia, India o Hong Kong.

Leidy Liz, es también una excelente cocinera de origen uruguayo, con amplia experiencia en distintos lugares de Asia, como India, Indonesia, o Birmania.

La bienvenida corrió a cargo de **Jonay Armas**, en presencia de **Antonio Pérez Viera** en representación de los **Amigos Canarios del Comer**, dirigiéndonos unas amables palabras, con las que nos explicó su brillante carrera profesional, y las características de la cocina del **Malaka**, para terminar, explicándonos los distintos pases del menú seleccionado para la ocasión, y desearnos que nos sintiéramos como en nuestra propia casa, y que volviéramos pronto con familiares o amigos. Por su parte, **Antonio Pérez Viera**, felicitó a todos los asistentes, con motivo de estar cumpliendo los **Amigos Canarios del Comer**, sus primeros 12 años de existencia.









A medida que los **29 Amigos Canarios del Buen Comer** íbamos degustando cada uno de los platos y los vinos, expresábamos nuestra opinión, asignando una nota, cuya media iría a parar al acta que sería levantada al final de la comida, para completar la calificación de cada uno de los puntos incluidos en el orden del día.



Panadum: Chutney & sambal.



Pani Puri: Papas con chat masala, cebolla morada, chutney de tamarindo



Sambap: Tartar de atún marinado, sambal matha.



Aloo Chat: Papa, chutney de cilantro, tamarindo, yogourt, cebolla roja y granada.



Char Siu: Presa ibérica caramelizada en salsa barbacoa china, arroz jazmín y pak choi salteado



Postre: Torrija Martabak con Kaya y Cocopandan.

El menú seleccionado para la ocasión fue el siguiente:

1. Panadum: **Chutney** & sambal.
2. Pani Puri: **Papas** con chat masala, **cebolla morada**, chutney de tamarindo.
3. Sambap: Tartar de atún marinado, sambal matha.
4. Aloo Chat: Papa, **chutney de cilantro**, tamarindo, yogourt, **cebolla roja y granada**.
5. Som Tum: **Papaya verde**, zanahoria, cacahuetes, **vinagreta de lima kéfir** y camarón crujiente.
6. Char Siu: **Presa ibérica caramelizada** en salsa barbacoa china, arroz jazmín y pak choi salteado.
7. Postre: **Torrija** Martabak con Kaya y Cocopandan.

Maridaje

1. Vino blanco “Bento Eco” Verdejo D.O. Rueda.
2. Vino tinto “Viernes” D.O. Bierzo-Mencía.



Los puntos sujetos a votación fueron: El menú elegido, las instalaciones y el servicio.

La nota media de los distintos parámetros resultó ser un **9,58** sobre **10**, lo que significa que el Restaurante “El Malaka” es un establecimiento muy recomendable para visitar.

Char se muda tras nueve años al abrigo de La Caleta

El biólogo evolucionista Faustino Cordón, en su libro 'Cocinar hizo al hombre', plasmó la hipótesis de que la especie humana solo pudo diferenciarse del resto de la familia de los primates cuando, una vez domesticado el fuego, pudo transformar sus alimentos en una comida más adecuada.

Abundando en esta idea, el primatólogo Richard Wrangham sostiene que nuestro éxito como especie está íntimamente ligado a la cocina, de manera que el cambio en la ingesta de piezas crudas a cocinadas habría significado el factor clave en la evolución humana: el tracto digestivo se contrajo y el cerebro creció.

El fuego significó eliminar toxinas, mejorar el **sabor**, convertir las sustancias duras en masticables, ampliar el menú de productos y, sobre todo, incrementar las **calorías** que los humanos podemos extraer de los **alimentos**, generando de esta forma la energía necesaria para desarrollar un cerebro grande y, por tanto, el estatus de sapiens.







El jefe de cocina, el senegalés Babacar Fall, Baba

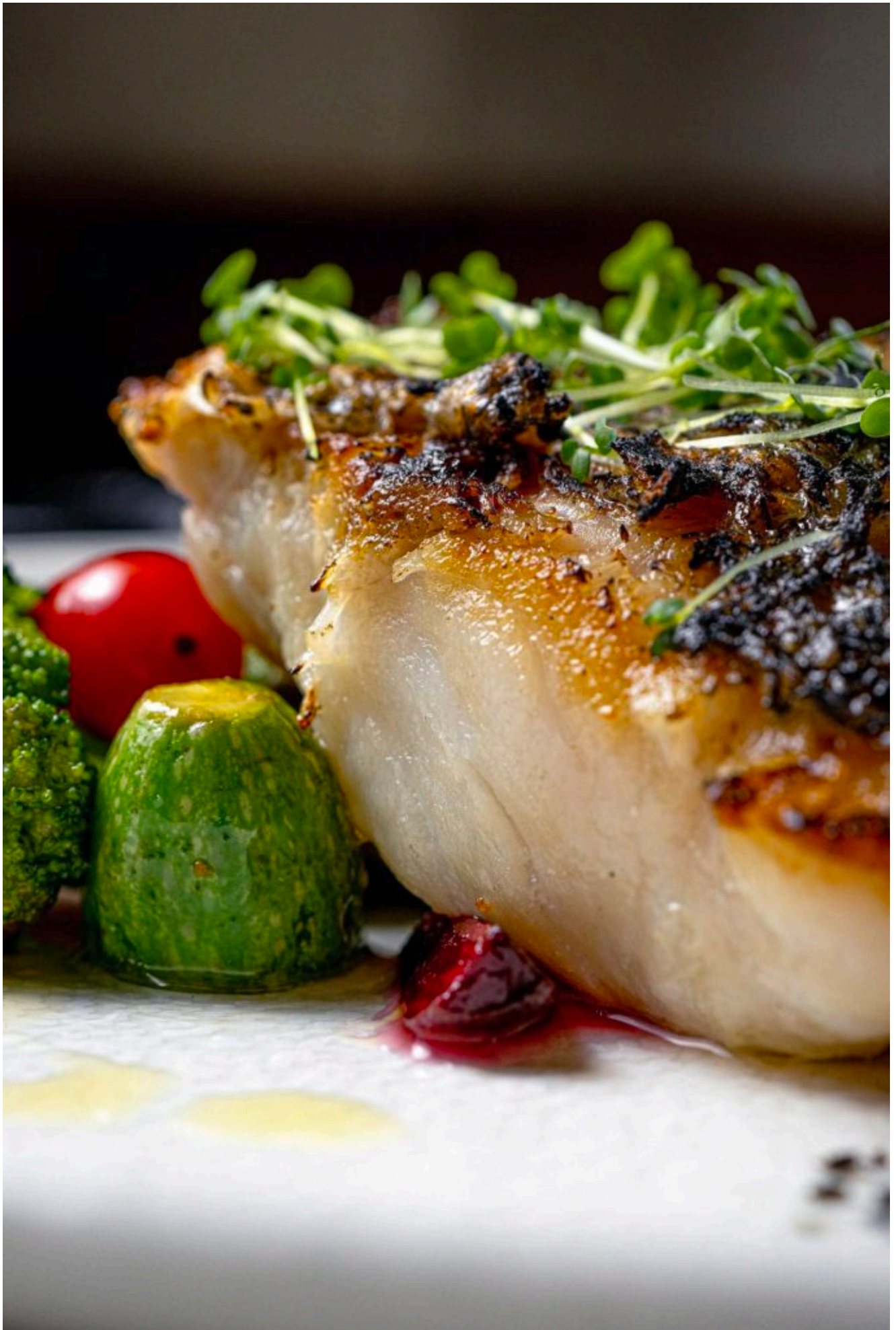
Char [Fuego y Brasas](#) también está viviendo su propia evolución. A lo largo de nueve años, anclado al abrigo del núcleo adejero de La Caleta, en la calle El Muelle, se ha convertido en un referente de exquisitas carnes, paradójicamente en un enclave de tradicional aroma marinero donde la oferta siempre se ha significado por los productos de la mar.

Ahora, este restaurante, que conforma junto a Lagarto Brasserie y Kensei el tridente gastronómico de Venture Group, anuncia que en breve se mudará a un nuevo emplazamiento, concretamente al Hotel Baobab Suites, un amplio local con

excepcionales vistas y alongado en la misma orilla de [Costa Adeje](#), en la idea de ofrecer experiencias aún mejores, continuar creciendo y proyectando sus aspiraciones, llevando entre su menaje un brillante Sol de la Guía Repsol y el premio Qué Bueno como Mejor Asador de Canarias en 2023.







Antes de celebrar alrededor de la mesa este noveno aniversario se presentó, a manera de prólogo, el fichaje de Daniel Tejera, un cocinero palmero de innato talento -en 2019 recibió el galardón de Mejor Chef Joven en GastroCanarias- quien durante su 'exilio' ofició en los fogones de Dani Garcia y regresa a las Islas para 'refrescar' la carta de Lagarto Brasserie. Como muestra, una vieira curada en sal, azúcar y zumo de lima, acompañada por un tartar de apio y manzana, y completando el conjunto un aguachile de cilantro, un bocado ligero, sugerente y multisensorial.

El equipo de [Char](#), dirigido por el jefe de cocina, el senegalés Babacar Fall, *Baba*, se afanó en elaborar un menú, de nombre Fuego, capaz de definir la identidad de una propuesta caracterizada por su fidelidad al producto, técnicas precisas, elegante en el emplatado y equilibrada en los pases, maridada para la ocasión con una selección de vinos de Bodega Numanthia, de la D.O. Toro, guardiana de un patrimonio único: los ancestrales viñedos de uva Tinta.

De partida, el menú ya brinda un gesto de respeto hacia un producto tan humilde como el pan, pero imprescindible, ofreciendo unas piezas de masa madre acompañadas de untuosas mantequillas. La cecina de Wagyu, madurada durante 5 años, se basta con su sabrosa y suave textura para convertirse en protagonista.

Un *must* de Char, la carne de vacuno de Luismi, llega a la mesa en forma de tartar, sobre un brioche y el guiño de un mojo rojo que lo envuelve de un particular sabor y le añade una viva nota de color. Del marisqueo en cocina surge un exquisito carabinero a la brasa, con el toque de una salsa francesa, de mantequilla y vino blanco Palo Cortado, rematado

por el siempre elegante caviar, y también desde la orilla asoma el frescor salino de un pulpo especiado, terminado a la parrilla, que acuesta su rejo sobre un puré de millo y mojo de pistacho.

Un **chuletón De Goya**, otro corte de categoría premium, perfectamente marcado, de jugosa y tierna textura, se acompaña con una **guarnición** simple, no precisa más, de tomates, ensalada y **papas canarias**. El final dulce está a la altura: una **piña herreña** en varias texturas, más caramelo, helado, una mousse...

De fondo queda un regusto a despedida que sin embargo promete un delicioso reencuentro, entre fuego y brasas.

Ajoblanco, gazpacho y salmorejo, los refrescos del verano

Como tantos otros platos de la cocina popular, acaso por considerarlos groseros, sobre las llamadas sopas frías (ajoblanco, gazpacho, salmorejo) no existe unanimidad en cuanto a su lugar de nacimiento ni tampoco en qué momento concreto pasaron a ocupar parte habitual de nuestra dieta. Y aunque su paternidad es algo incierta, la reivindican desde [romanos](#) hasta árabes, ya parece plenamente aceptado que su raíz es andaluza.

Lo cierto es que la receta original no llevaba hortalizas ni verduras de ningún tipo y estaba compuesta únicamente por agua, aceite y vinagre, aunque a veces se añadían ajos o almendras, y que consumían los jornaleros en el [campo](#),

posteriormente en las fábricas, para soportar las duras y largas jornadas de trabajo.



No sería hasta el siglo XVI cuando comenzaron a incorporarse productos de la otra orilla Atlántico como el pimiento y el tomate, tomando ese sabor que hoy conocemos. Y fue allá por el siglo XIX cuando la burguesía se rindió a su sabor y aceptó sentarlo a la mesa.

La que se considera primera referencia escrita sobre el gazpacho aparece en el libro 'Tesoro de la Lengua Castellana o española, obra de Sebastián de Covarrubias y Orozco, editado en 1611. También lo cita, un siglo y medio más tarde el repostero real, de los reyes Felipe V y Fernando VI, Juan de la Mata, en su libro editado en 1786, titulado 'Arte de repostería'.

La RAE definió el gazpacho en la primera edición de su diccionario, en 1739, como

un “género de sopa o menestra que se hace con pan hecho pedazos, aceite, vinagre, ajos y otros ingredientes conforme al gusto de cada uno”. Se elaboraba sin verduras y era la comida de “pobres y segadores”.

Con todo, en esta familia se advierten ligeras diferencias. El milenario ajoblanco, por ejemplo, combina ingredientes modestos y humildes como el ajo, el aceite de oliva y el vinagre, así como el uso de pan y almendras, una amalgama que subraya la fusión de legados culinarios árabes y romanos en suelo español.



El **gazpacho** es una sopa fría que apenas tiene espesor, con una textura que permite tomarlo bebido, mientras que el **salmorejo**, producto de una emulsión, se acerca más a una salsa. Lo habitual es que el gazpacho incluya dentro de su propia **sopa** unos trocitos cortados de **pimiento, cebolla o picatostes**,

también dados de pepino. En el caso del **salmorejo** lo más normal es incluir **huevo duro** picado junto a **jamón serrano** en tacos y bañado con un chorrito de aceite de oliva virgen extra.

Todos ellos representan, sin duda, algunos de los tesoros de la gastronomía española. Sencilla, modesta, esta sopa fría es el plato perfecto para disfrutar durante el verano, ya sea en su versión más clásica, como también en las más variadas, innovadoras y atrevidas interpretaciones.

A continuación, algunas propuestas para ir abriendo boca y sofocar el ambiente de bochorno:

El Ajoblanco de **El Coto**. Chary, la cocinera de este restaurante santacrucero, prepara este plato remojando la miga de pan con agua, para a continuación escurrirla y llevarla a la batidora, añadiéndole nueces de macadamia, que le dan una **textura más cremosa, ajo y vinagre** al gusto, incorporando un poco más de **agua fría y aceite de oliva extra**. Una vez la batidora ha hecho su trabajo, el paso final consiste en coronarlo con un tartar de **gamba roja**. Y a comern. (Calle Domingo Pérez Minik, 13, Santa Cruz de Tenerife).

En **San Sebastián 57**, Gazpacho de higo pico. El **chef Alberto González Margallo** echa mano de matices dulces y la acidez inconfundible del **vinagre macho**, yo además de la untuosidad de la **arbequina volcánica**, aceite muy especial que envuelve el paladar: máxima canariedad en una cucharada.



San Sebastián 57, Gazpacho de higo pico

Este **gazpacho** con **gamba canaria**, en forma de tartar, se adereza con el mismo aceite que se utiliza para el gazpacho, actuando así hilo conductor del plato que se remata con un toque ligero de picante y soja. (**Avenida de San Sebastián, 57, Santa Cruz de Tenerife**).

Sin gluten en el **Bahía**. En esta casa, tanto el gazpacho como el salmorejo -que están presentes en el menú durante todo el año, gracias a las benignas temperaturas- son obra de Ana, una malagueña de raíz que en estos casos le toma el relevo a Ramón, el cocinero titular. La elaboración y productos cumplen los preceptos de la ortodoxia, pero con el singular detalle de que ambos platos se elaboran sin gluten, convirtiéndose así en aptos para personas con intolerancias. Un primor. (**Avenida de Anaga, 7, Santa Cruz de Tenerife**).

Salmorejo marinerero en **La Gastrotienda**. La mano de María José

consigue cautivar y sorprender a paladares más diversos con un **salmorejo al estilo tradicional**, pero al que incorpora su jeito personal. Así, en vez de rematarlo con jamón y huevo duro, como marcan los cánones, opta por un sabroso conjunto de pulpo, langostino y salicornia, el espárrago del mar. (**Avenida Embajador Alberto de Armas, local 2, La Laguna**).



Salmorejo mariner La Gastrotienda

Cheese & Wine mezcla gazpacho y salmorejo. A partir de ingredientes como tomate, ajo, cebolla blanca. **vinagre de Jerez**, **aceite de oliva**, **pimientos rojo y verde**, más pan

blanco, opcionalmente sin gluten, en este restaurante se combinan con distintas frutas, tales como sandía, fresas o manzana verde y se termina con taquitos de jamón. La mesa está servida. **(Calle de San Francisco, 38, Santa Cruz de Tenerife).**



Cheese & Wine mezcla gazpacho y salmorejo

Nielsen brinda **salmorejo de mango**. El cocinero danés saca a relucir técnica y una buena dosis de creatividad para ofrecer a su clientela un **Salmorejo de mango**, exótica y **sabrosa fruta** que combina con tomate maduro, ajos pequeños, sal, vinagre de Jerez, del bueno, más aceite de oliva virgen. El resultado final, un refrescante placer. **(Callejón del Combate, 9, Santa**

Cruz de Tenerife).



Nielsen Salmorejo de mango

La Fula GastroMar apuesta por el clasicismo. El chef Nacho Solana rinde culto a la cocina tradicional elaborando un salmorejo a base de tomates maduros, pan. aceite de oliva virgen extra, vinagre de Jerez y sal, rematado con virutas de jamón ibérico, tomateros **Cherry confitados** y un chorrito de aceite. El sabor frente a la innovación. (**Calle Vía Interior Cueva Bermeja, Santa Cruz de Tenerife**).



La Fula GastroMar Salmorejo a base de tomates maduros
PanzaBurro y su **Gazpacho Multivitamínico**. En este local
apuestan por una fórmula que denominan antioxidante. La

apuesta, un **Gazpacho de remolacha, tomate canario** del Sur madurado en mata, cremoso de mango y un delicioso toque de miel de retama. (**Calle Méndez Nuñez, 20, Santa Cruz de Tenerife**).