

El boom de la espirulina: cómo chefs famosos están conquistando el mundo con este superalimento

La [espirulina](#) es un tipo de alga que se ha vuelto popular como suplemento alimenticio debido a su alto valor nutricional. Una de las razones por las cuales destaca, es su contenido proteico.

La **espirulina** es un **superalimento** cada vez más utilizado por **chefs reconocidos** en todo el mundo debido a sus beneficios nutricionales. Uno de los aspectos destacados de la espirulina es su contenido proteico, el cual supera incluso a la carne. Las proteínas son esenciales para el mantenimiento de la salud y el funcionamiento adecuado del cuerpo. La falta de proteínas en la dieta puede tener efectos negativos, como pérdida de masa muscular, debilidad, retraso en el crecimiento, anemia y un sistema inmunológico debilitado.

La espirulina: el poderoso tesoro verde de los chefs y deportistas, superando a la carne en proteínas



Esta **alga** es una fuente rica en proteínas y, de hecho, es una de las pocas fuentes vegetales que contiene todos los aminoácidos esenciales, lo que la convierte en una proteína completa. El contenido proteico de la espirulina puede variar según el método de cultivo y la calidad del producto, pero se estima que contiene entre un 55% y un 70% de proteínas por peso seco.

Esto es considerablemente mayor que muchas fuentes de proteínas comunes, como la carne, los huevos y los productos lácteos. Además de su alto contenido proteico, la **espirulina** también es una buena fuente de otros nutrientes esenciales. Contiene hierro, vitamina B12, calcio y antioxidantes, entre otros. Estos nutrientes son importantes para el funcionamiento adecuado del organismo y desempeñan roles clave en la salud general.

Por lo tanto, la **espirulina** puede ser una excelente opción para aquellos que deseen aumentar su ingesta de proteínas y nutrientes en una dieta vegetariana o vegana. Sin embargo, es fundamental tener en cuenta que debe considerarse como un

complemento alimenticio y no como la única fuente de proteínas en la dieta. Es importante mantener una alimentación equilibrada y variada, incluyendo diferentes fuentes de proteínas, para asegurar un aporte adecuado de nutrientes para el cuerpo.

El toque mágico de los chefs para potenciar el color y el sabor en sus creaciones culinarias





Los **chefs** suelen utilizar la **espirulina** por varias razones en sus preparaciones culinarias. En primer lugar, tiene un color verde intenso y vibrante, lo que la convierte en un excelente ingrediente para darle un toque visual llamativo a los platos.

Puede utilizarse para decorar y realzar la presentación de platos como sopas, ensaladas, salsas y aderezos.

Además de su atractivo color, la **espirulina** también aporta un sabor único y sutil a las preparaciones. Su sabor se describe como ligeramente salado y **umami**, lo que puede agregar profundidad y complejidad a los platos. Los **chefs** suelen utilizarla para realzar el sabor de platos salados como arroces y salsas.

Es importante tener en cuenta que la **espirulina** tiene un sabor intenso y un poco terroso, por lo que es necesario utilizarla con moderación y combinarla con otros ingredientes para equilibrar el sabor general del plato. También se recomienda adquirir **espirulina de alta calidad y certificada**, ya que su cultivo y producción pueden afectar su sabor y calidad.

Chefs de renombre que deslumbran con la espirulina en sus creaciones



Aunque existen numerosos chefs reconocidos en todo el mundo

que utilizan la espirulina en sus creaciones culinarias, como el 'archi' conocido **Ángel León**, los siguientes chefs también han destacado por incorporarla en sus platos:

René Redzepi es el chef del **restaurante Noma** en **Copenhague, Dinamarca**, considerado uno de los mejores restaurantes del mundo. **Redzepi** ha explorado el uso de ingredientes locales y sostenibles en sus platos, y ha experimentado con la espirulina para crear combinaciones de sabores innovadoras.

Virgilio Martínez, propietario del **restaurante Central** en **Lima**, es conocido por su enfoque en la cocina de altura y la utilización de ingredientes autóctonos de diferentes regiones de **Perú**. Ha utilizado la **espirulina** para agregar un toque de color y sabor a sus platos.

Matthew Kenney es un chef vegano y pionero de la cocina a base de plantas. Ha abierto varios restaurantes enfocados en la alimentación vegana gourmet en todo el mundo. **Kenney** ha incorporado la espirulina en sus creaciones para agregar nutrientes y sabor atractivo a los platos sin carne.

Dominique Crenn, la chef francesa reconocida con varias estrellas Michelin y conocida por su enfoque creativo y artístico en la cocina, reconoce utilizar la **espirulina** para crear platos visualmente impactantes y llenos de sabor en su restaurante **Atelier Crenn** en **San Francisco**.

Heston Blumenthal, chef británico conocido por su enfoque experimental en la cocina, ha explorado el uso de ingredientes inusuales y técnicas innovadoras. Blumenthal ha utilizado la **espirulina** en algunas de sus creaciones culinarias para aportar color y nutrición.

Ángel León y su revolución

culinaria: la espirulina, el ingrediente estrella en el mar de sabores



Por último, el destacado **chef Ángel León** conocido como el “**Chef del Mar**”, debido a su enfoque en la cocina marina y el uso de ingredientes del mar en sus platos, ha experimentado con una amplia variedad de productos marinos, incluyendo algas, y ha utilizado la espirulina en varias de sus creaciones culinarias.

El **chef [Ángel León](#)** ha explorado el potencial gastronómico de esta alga, aprovechando su alto contenido proteico y su color verde intenso. En sus creaciones, **León** utiliza este ingrediente mágico como un ingrediente versátil que le permite explorar nuevas dimensiones culinarias y resaltar el potencial de los productos marinos en la alta cocina. El uso ha sido infinito: salsas, cremas, emulsiones y aderezos, para aportar sabor, color y valor nutricional a sus platos. Además, ha

experimentado con la combinación con otros ingredientes marinos para crear combinaciones de sabores únicas y sorprendentes.

‘Hincha’ el restaurante de Messi donde el fútbol y la gastronomía se fusionan en cada plato

En la fusión perfecta entre el mundo del deporte y la gastronomía, encontramos un lugar que encarna esta unión de manera excepcional: el restaurante ‘Hincha’, propiedad del renombrado futbolista Lionel Messi.

Ubicado en el [hotel MiM Andorra](#) y bajo la dirección del [chef Nandu Jubany](#), este exclusivo establecimiento promete deleitar los paladares más exigentes con una selección de platos que reflejan los favoritos del astro argentino y su amor por la cocina.

En [Hincha](#), la autenticidad de la cocina argentina se fusiona con la innovación gastronómica, creando una experiencia culinaria única que no se puede pasar por alto. Acompáñanos en este viaje para descubrir qué se come en el restaurante de Messi y por qué se ha convertido en un destino obligado para los amantes de la buena comida y el fútbol.

Explorando los sabores estelares del restaurante 'Hincha' junto a Messi y Jubany





En **Hincha, Messi** se ha asociado con el reconocido **chef Nandu Jubany** para crear un menú que combina la cocina auténtica de **Argentina** con innovadoras reinterpretaciones gastronómicas. El restaurante se enorgullece de utilizar ingredientes de alta calidad para brindar a sus comensales una experiencia excepcional.

Entre los platos destacados, se encuentra el **entrecot de wagyu japonés**, una opción ideal para los amantes de la carne que buscan una experiencia gastronómica única. La carne de **wagyu**, conocida por su marmoleo y sabor excepcionales, seguramente deleitará a los paladares más exigentes.

Además, los comensales pueden deleitarse con el famoso postre '**balón de oro**', una creación especial inspirada en los logros y reconocimientos futbolísticos de **Messi**. Este postre cautivador combina sabores y texturas sorprendentes que reflejan la pasión y el talento del legendario jugador.

Un Gool de Sabores: Descubriendo los platos de 'Hincha'





El menú de **Hincha** ofrece una amplia variedad de platos que satisfacen todos los gustos. Desde sabrosas empanadas argentinas hasta auténticas parrilladas, los comensales tienen la oportunidad de explorar los sabores tradicionales de

Argentina en un ambiente elegante y acogedor.

En cuanto a los precios, se posiciona como un restaurante de lujo, reflejando la calidad de los ingredientes y la atención al detalle que se encuentra en cada plato. Si bien los precios pueden variar según la elección de los platos y las opciones de menú, se espera que una comida en este exclusivo establecimiento tenga un costo acorde con su propuesta gastronómica de alto nivel.

Sabores Auténticos en ‘Hincha de la mano del Chef Nandu Jubany



Hincha, liderado por **Jubany**, ofrece una carta variada que satisface todos los gustos. Desde entrantes sencillos como carpaccios, ensaladas, ceviches y pizzas gastronómicas de masa madre al horno de leña, hasta las mejores carnes autóctonas de los **Pirineos** preparadas al estilo argentino, acompañadas de verduras frescas, legumbres y setas de temporada.

En la carta de **Hincha**, las pizzas ocupan un lugar especial,

con opciones que van desde los 15 € hasta los 29 €. También se pueden degustar ostras, embutidos, tiraditos y tartares desde 19 €. Si buscas un buen carpaccio, puedes elegir entre el de **picaña ligeramente ahumada con macadamias fritas sobre pan soplado** o el **Trio de Carpaccio de ternera joven, vaca vieja y wagyu con parmesano y aceite de oliva**.

Para los amantes de la carne, hay opciones que van desde una **hamburguesa** por 18 € hasta un **entrecot de wagyu japonés** por 390 € el kilo. Tanto la carne como el pescado, con precios a partir de 24,50 €, pueden acompañarse con vegetales, ensaladas o platos de pasta.

No podemos pasar por alto la carta de postres, donde el destacado **Balón de Oro Hinch**a se lleva el protagonismo con un precio de 24 €, como un homenaje a la trayectoria futbolística de **Messi**.

Si eres un apasionado del fútbol y de la buena comida, no puedes dejar de visitar '**Hinch**a', el restaurante de **Messi**. Este lugar te brindará una experiencia culinaria inolvidable, donde podrás saborear los platos favoritos del astro argentino y sumergirte en la fusión perfecta entre el deporte y la gastronomía.

Espacios del Sabor en un Restaurante

Arquitectura & Gastronomía

Por: [Eduardo Martín del Toro](#) Doctor Arquitecto

Es evidente que el primer ingrediente que debe de tener un restaurante para que atraiga nuestra mirada es una comida exquisita, pero no es el único.

En un restaurante, muchos son los **factores** que influyen para que el placer de la comida sea agradable o se convierta en un tremendo fracaso, como el trato amable y profesional por **parte del servicio** o estar en un ambiente adecuado que nos permita disfrutar lo que estamos degustando.

Precisamente, de este último punto voy a tratar en este artículo: las condiciones ambientales que han de darse en un **local destinado** para el disfrute de los sentidos -el gusto, el olfato, la vista, – para que un placer como el de comer no se convierta en una auténtica tortura.

Dado que cuando degustamos un plato empleamos todos los sentidos, a la hora de diseñar un comedor, también tenemos que tenerlos en cuenta para que ningún aspecto exterior nos distraiga de lo que verdaderamente nos ha llevado hasta allí, el completo disfrute de los manjares.

Un buen comedor debe estar bien aislado y acondicionado

Dependiendo del tipo de comida, del tipo de ambiente que se quiera conseguir, etc. primaran unas características u otras, pero hay una serie de aspectos generales que deben darse para cualquier tipo de **restaurante**.



En primer lugar, el espacio debe contar con una iluminación suficiente que nos permita apreciar el plato -sus colores, su composición, sus texturas- pero controlada y bien distribuida,

evitando deslumbramientos y creando [ambientes agradables](#) con cierta intimidad, ya que en muchos momentos desearemos olvidarnos que estamos en un lugar público, imaginado que nos encontramos a solas con la comida.

Otro aspecto fundamental, y por desgracia poco tenido en cuenta en muchos locales, es el sonido o, mejor dicho, su hermano molesto: el ruido.

Un buen comedor debe estar bien aislado y acondicionado. Lo primero nos garantiza que los ruidos que se produzcan en el exterior del local no interferirá en nuestra degustación, lo segundo nos va a generar una mejora de la inteligibilidad de la palabra (se entenderá con mayor claridad al interlocutor al disminuir los tiempos de reverberación), mejorará la calidad de la música ambiente y disminuirá el nivel de emisión en el interior de la sala (al no tener la necesidad de hablar muy alto para que nos oigan).



Hay una serie de aspectos generales que deben darse para cualquier tipo de restaurante.

Las condiciones térmicas también tienen gran importancia. Un calor excesivo o un frío insoportable pueden aguar el mejor de los manjares.

Para ello, será necesario que el local esté bien diseñado térmicamente, con un buen aislamiento y un correcto [número de huecos](#), bien orientados, que permitan captar energía solar en los momentos de bajas temperaturas o evitarla cuando el calor es excesivo.

Completamos este diseño con equipos específicos que termine de corregir la temperatura cuando no sea suficiente con el correcto diseño, como los aparatos de aire-acondicionado o de calefacción.

Es muy importante que estos equipos se encuentren bien mantenidos, ya que su mal estado puede ser causante de ruidos y de transmisión de partículas de polvo y de olores desagradables.

Junto con la climatización, es muy importante la calidad del aire. Se debe garantizar una adecuada renovación de aire, que evite los “ambientes cargados” y los malos olores.

Los olores de los demás comensales no deben interferir en nuestro plato, además de que es muy desagradable que al salir de un local terminemos apestando a comida.



Por último, pero de gran importancia, es el espacio en sí. Que el comedor tenga unas dimensiones suficientes, con un techo no demasiado bajo que nos dé sensación de ahogamiento; la distancias entre mesas holgadas para que no tengamos la impresión de que el señor de la mesa de al lado está comiendo con nosotros; un mobiliario cómodo que no se asemejen a sillas de tortura; una ligera música rosa y una decoración cuidada acordes con el tipo de comida que se sirve; un nivel de limpieza propio de un quirófano y un cuidado y un mimo en los detalles que nos haga sentir más a gusto allí que en nuestra propia casa.

Como pueden comprobar, adecuar un local que va a ser usado como comedor, no es para nada sencillo. Y es que en un espacio donde queremos agasajar a todos nuestros sentidos debe estar cuidado hasta el más mínimo detalle.

De ahí que en este tipo de espacios sea donde la necesidad de la figura de un profesional con experiencia es imprescindible, ya que trágico sería el fracaso de la puesta en marcha de un restaurante con una magnífica carta y un excelente personal,

pero que no contará con un ambiente que invite a disfrutarlo.

Y más de un local conozco que ha caído en ese error, y siempre son las mismas consecuencias. Ahora que lo sabe, no se permita ese fracaso.

El Sabor de la Mentira: El Intrincado Mundo de Badenol, el Chef Astuto

Una brisa suave acariciaba el rostro de [Badenol](#) mientras contemplaba el horizonte desde la terraza de su modesto apartamento en algún rincón de las hermosas [Islas Canarias](#). Sus ojos cansados reflejaban años de esfuerzo y desilusiones. Aunque poseía una habilidad innata para crear exquisitos platos, sus sueños de convertirse en un exitoso empresario gastronómico se habían desvanecido uno tras otro.

***Advertencia:** Finas Hierbas no es un espacio de ficción. Cualquier similitud con personas o hechos reales, no es pura coincidencia*

Badenol había probado suerte en múltiples proyectos, pero ninguno de ellos había prosperado. Sus restaurantes habían sido víctimas del azar y de la mala suerte, o al menos eso es lo que solía decir a los demás. En realidad, su fracaso radicaba en su falta de enfoque y su incapacidad para gestionar adecuadamente los negocios.

La Paradoja de Badenol, el Chef Mítico de los Sabores Locales



Sin embargo, **Badenol** poseía una astucia especial, un talento para crear personajes y envolverse en una maraña de mentiras que había descubierto accidentalmente durante uno de sus viajes culinarios. Había creado un personaje ficticio llamado “**Señor Éxito**”, un chef afamado que aparentemente había triunfado en todos sus proyectos. Bajo esta identidad falsa, **Badenol** había logrado engañar a muchos empresarios y obtener

contratos de asesoramiento gastronómico.

Su reputación como **“Señor Éxito”** se había extendido rápidamente por todo el **archipiélago**. Su supuesto conocimiento profundo de los productos locales y su habilidad para transformarlos en obras maestras culinarias lo habían convertido en un objeto de deseo para muchos empresarios de la zona. Paradójicamente, a pesar de sus propios fracasos como empresario, **Badenol** era ahora el sello de éxito que muchos buscaban.

Badenol y el Poder de la Tentación Gastronómica



Un día, mientras saboreaba un delicioso **mojo picón** casero, **Badenol** recibió una llamada que cambiaría su vida. Era la prestigiosa familia **González**, propietaria de una cadena de **hoteles boutique** en **Tenerife**, quienes deseaban contratarlo como consultor para mejorar su oferta gastronómica. Aunque sabía que no era merecedor de tanta confianza, la tentación de aceptar el trabajo fue irresistible.

Badenol se puso su mejor traje y, con una sonrisa engañosa en el rostro, se presentó en la reunión con los **González**. Habló con pasión sobre la importancia de utilizar ingredientes

locales frescos y resaltó la necesidad de una presentación innovadora para cautivar a los comensales. A medida que hablaba, su carisma y habilidad para contar historias cautivaron a la familia **González**, quienes no podían resistirse a la idea de contar con el famoso **“Señor Éxito”** en su equipo.

Con cada nuevo proyecto en el que se involucraba, **Badenol** se veía obligado a mantener viva su mentira, pero también se desafiaba a sí mismo a ser mejor y a aprender de sus propios consejos. A medida que crecía su fama, su confianza como chef y asesor también se fortalecía. Comenzó a rodearse de talentosos profesionales gastronómicos que lo ayudaban a mantener la fachada y a crear experiencias culinarias únicas

A medida que **Badenol** seguía construyendo su imperio gastronómico bajo la falsa identidad de **“Señor Éxito”**, la carga de la mentira se volvía cada vez más insostenible. Sus éxitos y reconocimientos se basaban en un engaño, y aunque disfrutaba de la fama y el prestigio, su conciencia comenzaba a corroerse lentamente.

Desenmascarado por el Sabor: La Caída del Chef Astuto



Un día, mientras se encontraba en una importante gala culinaria en las [Islas Canarias](#), ocurrió algo inesperado. Durante su discurso de aceptación de un prestigioso premio, un comensal que había descubierto su verdadera identidad se levantó y reveló la verdad ante todos los presentes. La sala quedó en silencio mientras las palabras de traición resonaban en los oídos de **Badenol**.

La vergüenza y el desprecio se apoderaron de él mientras veía cómo los rostros antes admirados se tornaban en miradas de decepción. Su reputación se desmoronó en cuestión de segundos

y su imperio se desvaneció como un sueño efímero.

Sin embargo, el verdadero golpe para **Badenol** fue la pérdida de su propia identidad. Había construido una vida entera basada en la falsedad, y ahora se enfrentaba al vacío y la soledad. Se retiró del mundo culinario, avergonzado y desesperado por encontrar un sentido en su existencia.

Despojado de su éxito y reputación, **Badenol** se convirtió en un alma perdida en las **Islas Canarias**. Se refugió en la tranquilidad de un pequeño pueblo costero, alejado de la mirada pública. Allí, entre las olas del océano y los cálidos rayos del sol, reflexionó sobre su pasado y la tristeza que lo embargaba.

Trazando la Verdad: El Camino hacia la Autenticidad y la Felicidad

La tragedia de **Badenol** dejó una poderosa lección: no se puede construir una vida basada en la mentira y el engaño. El éxito verdadero y duradero solo puede alcanzarse a través de la honestidad y la autenticidad. Las mentiras solo conducen a la destrucción y la pérdida de uno mismo.

La historia de **Badenol** sirvió como un recordatorio sombrío de que el camino de la falsedad nunca lleva a la verdadera felicidad. Su trágico desenlace dejó una huella imborrable en aquellos que conocieron su historia, recordándoles que el camino hacia el éxito debe estar forjado por la integridad y la sinceridad.

Amigos Canarios del Buen Comer en el Restaurante “Truly Asia”

“Truly Asia” es un restaurante pequeño, pero con mucho encanto. Es el lugar ideal para descubrir la cocina vietnamita y tailandesa.

Textos: Antonio Pérez Viera Fotos: José Antonio Melián.

En Truly Asia los platos aportan auténticas sinfonías de sabores, colores y aromas de Asia, elaborados con mucho mimo de forma casera y saludable y preparados en el momento, con productos frescos de calidad, tanto locales como de origen asiático.

El lema de la casa es: “Lo sencillo es más sabroso” y así lo reflejan en todas sus propuestas culinarias.

El Restaurante “Truly Asia” dispone de una variada bodega de cavas y de vinos canarios, así como de otras denominaciones de origen, como Ribera del Duero, Rioja, Navarra, Rueda etc.



Amigos Canarios del Buen Comer en el Restaurante “Truly Asia”

El precio medio oscila en torno a los [30 euros](#) por persona, lo que, dada la gran calidad de sus productos y el excelente servicio que ofrecen, supone una excelente relación calidad-precio.

El restaurante cierra los domingos, y los lunes, martes y miércoles por la noche. Y dado que es un restaurante pequeño, es recomendable hacer reserva, especialmente los fines de semana.

Los fogones de Truly Asia

Al frente de los fogones, **Miriam Ambalati Barbados**, conocida como **Mimi**, goza de una larga y brillante trayectoria profesional.



Al centro la chef Miriam Ambalati Barbados y Manu Regalado y su equipo

Es filipina de nacimiento y canaria de adopción, ha desplegado sus habilidades culinarias durante más de 15 años en restaurantes de Singapur, así como 8 años en Madrid y en Barcelona, para recalar en Tenerife y trabajar en las Terrazas del Hotel Abama a los órdenes de Martín Berasategui.

En 2021 decidió, junto a su marido Manuel Regalado, abrir el Restaurante “Truly Asia” como punto de referencia para dar a conocer su particular forma de interpretar la cocina vietnamita y tailandesa.

Y al frente de la sala, **Manuel Regalado**, conocido en el sector como **Manu**, es también cocinero de profesión y experto en vinos, que vive con auténtica pasión todo lo que se cuece en la cocina y lo transmite a sus [clientes](#) con tal grado de profesionalidad, hospitalidad, bondad y cariño, que hace que

todos nos sentimos como en el comedor de nuestra propia casa.



Amigos Canarios del Buen Comer en el restaurante Truly Asia
Tanto la calidad de cocina, de la mano de **Mimi**, como el excelente servicio, encabezado por **Manu**, se ve reflejado por sus clientes, tanto en **Tripadvisor**, en la que aparece **Truly Asia** con una calificación media de 5 sobre 5, como en **Google**, donde aparece con un 4,8 sobre 5.

La llegada a Truly Asia

La bienvenida corrió a cargo de **Mimi y de Manu** dirigiéndonos unas emotivas y cariñosas palabras, con las que explicaron su profunda pasión por los fogones y la tremenda ilusión que han depositado en **Truly Asia**, agradeciéndonos la elección de su restaurante para realizar una de nuestras actividades, deseándonos que disfrutáramos mucho del menú elegido y animándonos a que volviéramos en otras ocasiones para degustar

otras propuestas de la carta.

A medida que los **30 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.

El menú seleccionado para la ocasión fue el siguiente:

- **Lumpia Shanghai:** Rollitos de carne aliñada con especies vietnamitas acompañados de salsa agridulce red sweet.
- **Spring Roll:** Rollitos de primavera de verduras y carne acompañados de salsa agridulce red sweet chille.
- **Wanton** crujiente de langostino acompañando de salsa agridulce red sweet chille.
- **Gyoza** de ternera con boletus, cilantro y ajo frito.
- **Speribbs:** Costillar de cerdo de Tenerife cocinado a baja temperatura acompañado de arroz jazmín.
- **Chopsuey:** Verduras seleccionadas y salteadas al wok.
- **Cassava Cake:** Yuca natural y macapuno acompañado de helado de caramelo salado.
- **Maja Blanca:** crema, coco y millo.



Lumpia Shangai



Spring Roll



Wanton crujiente



Gyoza de ternera



Speribbs



Chopsuey



Maja Blanca

Maridaje:

- *Vino blanco seco "Bodegas Guayonje", D.O. Tacoronte Acentejo.*
- *Vino tinto "Bodegas Guayonje", D.O. Tacoronte Acentejo.*
- Agua Solan de Cabra.

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

La nota media de los distintos parámetros resultó ser un 9,24 sobre 10, lo que significa que el Restaurante "Truly Asia" es

un establecimiento muy recomendable para visitar.

Calle Ismael Domínguez, 128, en Tacoronte.

Teléfonos: 648 271 401
trulyasiamimi@gmail.com
trulyasiamimi.com

Carpaccio de brevas con queso maduro y garrapiñada de piñones

Chef: Rogelio Quintero Montesdeoca Foto: Roger Méndez

Las brevas son los frutos de la primera cosecha de la higuera, tienen una textura más firme, un sabor dulce pero [menos jugoso](#), y están disponibles en primavera y principios de verano.

Los higos son los frutos de la segunda cosecha, tienen una textura suave y jugosa, un sabor más intenso y dulce, y están disponibles en verano y principios de otoño.

Ingredientes:

- 20 brevas
- 100 g de queso maduro artesano
- 500 ml de vino dulce

Garrapiñada de piñones:

- 100 g de piñones
- 50 g de azúcar
- 20 ml de agua
- 10 g de mantequilla

Elaboración

Carpaccio de brevas

Pelar las brevas (para eliminar la aspereza) y disponer entre dos plásticos alimentarios cuatro brevas por ración. Seguidamente aplastar hasta un grosor de 3 milímetros. Congelar en raciones individuales.

Reducción de vino dulce:

Reducir a fuego suave hasta obtener una textura de jarabe denso.

Garrapiñada de piñones:

En un caldero poner el azúcar con el [agua](#) y hervir hasta alcanzar 114°C. Añadir los piñones y caramelizar a fuego medio. Apartar y agregar la mantequilla para evitar que se aglutinen. Enfriar y conservar en cajas herméticas.

Terminación y presentación:

Retirar el plástico del carpaccio y situar en plato llano el tiempo necesario para que se descongele. Poner láminas de queso muy finas sobre el carpaccio así como la garrapiñada. Pintar el montaje con la reducción de vino dulce.

Chateau d'Esclans Garrus...la vie en rose

El vino rosado es una bebida que ha ganado popularidad en los últimos años debido a su sabor suave y refrescante. Sin embargo, no todos los vinos rosados son iguales y algunos son más valiosos que otros.

Aunque históricamente los vinos rosados se han considerado menos serios que los vinos tintos, los expertos en vinos están comenzando a valorar la complejidad y la calidad de los vinos rosados, y están descubriendo que algunos de ellos son muy interesantes y complejos, con una gran variedad de sabores y aromas.

En este artículo, exploraremos el vino rosado más caro del mundo: el Chateau d'Esclans Garrus.

El Chateau d'Esclans Garrus se produce en la **Provenza** una de las regiones vinícolas más antiguas en el sur de Francia, de hecho, las primeras vides de las que se tiene constancia en la región datan de hace más de dos mil años.

Esta región es conocida por su producción de **vinos rosados** de alta calidad, pero el Garrus se destaca por su exclusividad y precio.

By Sacha Lichine

Este vino es producido por Sacha Lichine, un famoso productor de vinos francés que ha estado en la industria del vino por más de 30 años.

Sacha Lichine ha hecho [contribuciones significativas](#) a la industria vinícola en la región de Burdeos. Nació en 1960 en la región de Burdeos y es hijo del famoso productor de vinos **Alexis Lichine**.



Sacha Lichine productor del Chateau d'Esclans Garrus

Sacha Lichine trabajó en la industria del vino durante muchos años, incluyendo en la prestigiosa casa de negocios de vinos

de su padre, antes de fundar su propia empresa en 1999, llamada “Sacha Lichine – Vins de France”.

La empresa de Sacha Lichine se enfoca en la producción de vinos de alta calidad en el sur de Francia, incluyendo la región de Languedoc y el Valle del Ródano.

Uno de sus vinos más famosos es el “**Château d’Esclans Garrus**”, un vino rosado de alta gama que ha sido aclamado por la crítica y se ha convertido en uno de los rosados más caros del mundo.

Además de su trabajo en la industria del vino, Sacha Lichine también es conocido por su participación en eventos relacionados con el vino y su papel como juez en concursos de vinos internacionales.

En general, se le considera un experto en vinos y un defensor de la producción de vinos de alta calidad en Francia.

Chateau d’Esclans Garrus

El proceso de producción del Garrus es único y cuidadosamente controlado. Las uvas son cosechadas a mano y se utilizan técnicas de prensado suave para extraer solo el jugo más fino de las uvas.

Luego, el vino se fermenta en barricas de roble francés durante unos 10 meses antes de ser embotellado.

El vino Château d’Esclans Garrus se elabora utilizando uvas de las variedades de Garnacha y Vermentino.



Chateau d'Esclans Garrus

La vendimia se realiza de forma manual y selectiva, lo que significa que se seleccionan cuidadosamente las uvas maduras y sanas para obtener la mejor calidad posible.

La mayoría de las uvas se cultivan en viñedos situados en las colinas de La Motte en la región francesa de Provenza, el vino se elabora con una alta concentración de Garnacha que proceden de una única parcela de vides de casi 100 años.

El resultado es un vino rosado pálido, delicado y elegante, con un aroma afrutado y una textura sedosa.

Sin embargo, lo que hace que el Chateau d'Esclans Garrus sea tan caro es su exclusividad. Solo se producen alrededor de 12,000 botellas al año, y solo se venden en restaurantes de alta gama y tiendas especializadas.

El precio promedio de una botella de Garrus es de alrededor de 120,00 €, aunque algunas botellas pueden costar mucho más.

A pesar de su alto precio, el Chateau d'Esclans Garrus es muy valorado por los conocedores del vino. Ha recibido numerosos premios y críticas positivas, incluido un puntaje perfecto de 100 puntos de la prestigiosa revista Wine Enthusiast.

El Garrus es conocido por su sabor complejo y equilibrado, que combina notas de frutas rojas y cítricos con toques de vainilla y especias.

Opinan los expertos

El vino Château d'Esclans Garrus ha recibido numerosas críticas positivas de expertos en vinos y ha sido muy elogiado en todo el mundo. Algunas de las opiniones de los expertos sobre este vino incluyen:



Robert Parker



Jancis Robinson



Robert Parker, uno de los críticos de vinos más influyentes del mundo, ha otorgado una puntuación perfecta de 100 puntos al Château d'Esclans Garrus en varias cosechas, y ha dicho que es "un rosado legendario que eclipsa cualquier otro rosado que haya probado".

Jancis Robinson, otra experta en vinos muy respetada, también ha dado altas puntuaciones al Garrus, y ha elogiado su complejidad y profundidad de sabor, diciendo que es "una experiencia completamente diferente a cualquier otro rosado".

Wine Spectator, una publicación líder en el mundo del vino, ha descrito el Garrus como "una belleza excepcional" y ha

elogiado su elegancia y suavidad.

El Château d'Esclans Garrus es muy apreciado por su [sabor refinado](#) y su alta calidad, y se le considera uno de los mejores vinos rosados del mundo.

Además, es el vino rosado más caro del mundo por su exclusividad y calidad. Aunque puede ser difícil de encontrar y costoso, aquellos que tengan la oportunidad de probarlo seguramente disfrutarán de una experiencia de sabor única e inolvidable.

Los Amigos Canarios del Buen Comer en el Restaurante “Parque Dragomar”

Por: Antonio Pérez Viera – Fotos: José Antonio Melián.

“Parque Dragomar”, el recinto y las instalaciones del Restaurante son francamente espectaculares, con un entorno ideal para cualquier tipo de celebraciones, brunchs, bodas, bautizos, comuniones, reuniones y comidas de empresa, con espacios interiores y amplias terrazas ajardinadas al aire libre.

Un drago centenario, con espectaculares vistas del mar, un lugar ideal para degustar una excelente comida, con una romántica sobremesa en un entorno muy especial.



Otra de sus instalaciones más curiosas es un antiguo tanque de agua de grandes dimensiones, perfectamente acondicionado para celebrar eventos, con una capacidad para 120 personas.

Vinos

El Restaurante “Parque Dragomar” dispone de una variada bodega de vinos canarios, y de otras denominaciones de origen, como Ribera del Duero, La Rioja, etc.

El precio medio oscila en torno los 30 euros por persona.

El restaurante cierra los lunes, los martes y los miércoles y es recomendable hacer reserva, especialmente los fines de semana.



El propietario del establecimiento es **Fernando Hernández Acosta**, con amplia experiencia en el mundo de la hostelería, que ha sabido darle al **Parque Dragomar** la proyección necesaria para convertirlo en un auténtico lugar de referencia en la zona.

El Chef de Restaurante “Parque Dragomar”

Al frente de los fogones, **Adrián Bruins**, un excelente profesional de la restauración con muchísimo bagaje a sus espaldas. Holandés de nacimiento y tinerfeño de adopción, desde hace más de 22 años, ha desplegado sus habilidades culinarias en [restaurantes y hoteles](#) de primera categoría.



El Chef Adrian Bruins y su equipo en el Restaurante “Parque Dragomar”

Gran defensor de la corriente “*Slow Food*”, defensor a ultranza de los productos naturales de cercanía tratados con mucho cariño y gran profesionalidad.



Y al frente de la sala, **Iván Acuña Adrián**, que con su maestría y buen hacer, tiene virtud de transmitir a los clientes todo lo que cuece en la cocina, haciéndoles sentir como en su propia casa.

La bienvenida al Parque Dragomar

La bienvenida nos la dio **Adrián Bruins** dirigiéndonos unas convincentes palabras, con las que explicó el nuevo proyecto empresarial de **Parque Dragomar** y su profunda pasión por la cocina, agradeciéndonos la elección del restaurante para realizar una de nuestras actividades, deseándonos que disfrutáramos mucho del menú elegido.

Para terminar su intervención animándonos a que volviéramos en otras ocasiones para degustar otras propuestas de la carta, así como para participar en varios eventos a realizar próximamente, en compañía de familiares o amigos.



Prefirió explicar la composición y la elaboración de cada uno de los platos, a medida que se iban sirviendo. Especial mención hizo a su equipo de trabajo, nombrado con mucho cariño a **José Gaspar** en cocina, y a **Iván** y a **Marcos** en sala, entre otros.

A medida que los **43 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.

El menú seleccionado para la ocasión fue el siguiente:

1. Bombón de langostinos y hierbas frescas.

2. Nuestra versión de croquetas de jamón ibérico.
3. Tataki de atún afrutado.
4. Risotto de papa negra con setas al tartufo y galleta de queso curado.
5. Carrillera ibérica con tartaleta crujiente de batata y reducción de Malvasía dulce.
6. Postre: De la infancia con queso, galletas y guayaba.

















Vino blanco seco “El Mocanero”, D.O. Tacoronte Acentejo.

Vino tinto joven “El Mocanero”, D.O. Tacoronte Acentejo.

Agua y café o infusión.

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

La nota media de los distintos parámetros resultó ser un **9,55 sobre 10**, lo que significa que el Restaurante “**Parque Dragomar**” es un establecimiento muy recomendable para visitar.

Teléfonos: **922 455 822** E-mail: **info@parquedragomar.com**

<https://www.facebook.com/ParqueDragomar>

Estudiar gastronomía en España y no morir en el intento

Cuatro años son lo que separa a un estudiante de gastronomía de hacerse un todo un profesional en España. Pero, ¿dónde se puede estudiar gastronomía? ¿Cuánto cuesta la carrera? ¿hay oportunidad de estudiar gratis?

En España son muchas las preguntas que se hacen los futuros estudiantes de gastronomía, esos sueños de ser un chef en todos los sentidos conllevan mucho esfuerzo y sacrificio.

Así que queremos ofrecerles una panorámica de las diferentes opciones que se encuentran en el mercado para estudiar esta profesión que, a vuelta de tres o cuatro décadas, se ha convertido en una de las más seleccionada por los jóvenes.

Primero que nada, hay que revisar las opciones



Cuatro años son lo que separa a un estudiante de gastronomía de hacerse un todo un profesional en España

Estudiar gastronomía en España, no es fácil. Son muchas las escuelas de cocina y ahora, universidades, que ofrecen programas de formación para jóvenes y no tan jóvenes también.

Son muchas las vicisitudes y desafíos que debe enfrentarse el estudiante que quiera ser cocinero, las horas y el estilo de vida dan un giro de 180º, el calendario y el horario del cocinero es muy diferente a él todos los demás.

Por eso es importante el poder sopesar las opciones para alcanzar las metas en la gastronomía en general.

Investiga todas las opciones disponibles y lee sobre las diferentes escuelas de cocina y universidades que ofrecen programas de gastronomía en España.

Asegúrate de revisar los requisitos de admisión, los costos y las opciones de financiamiento disponibles.

Habla el idioma de donde estudies

Si eres español y estudias en Francia es importante que aprendas la lengua antes para que puedas tener una mejor comunicación con tus compañeros.

Igual si eres extranjero y estudias en España, no hay nada más rico que conocer el idioma para adentrarte en las costumbres culinarias de cada región base de toda la buena cocina española.

La práctica hace al cocinero

Es muy importante obtener experiencia a través de la práctica, hacerlo en una cocina real para así, poder mejorar tus habilidades culinarias. Busca oportunidades para trabajar en una cocina o hacer prácticas en diferentes restaurantes.

Aprende la cultura española



Aprender la cultura y la historia de la gastronomía española te hará más curioso por la búsqueda de la excelencia en la cocina, te ayudará a entender mejor los ingredientes, las técnicas y las tradiciones culinarias.

La cultura y la cocina deben amasarse, deben impregnarse en la piel del cocinero si deseas tener una identidad y autenticidad en el panorama culinario de este país, la cultura debe ser parte de la preparación integral de un buen cocinero.

El que persevera vence

Esa frase debe ser la oración de todos los días de un cocinero, antes y después de graduarse. La gastronomía es una carrera exigente y competitiva. Nunca es ni será fácil, pero si eres perseverante y trabajas duro, puedes lograr tus objetivos.

Escuelas y Universidades España



Le Cordon Bleu

Le Cordon Bleu

La más reconocida [escuela de cocina](#) y con más prestigio a nivel internacional, sin lugar a dudas es Le Cordon Bleu.

Esta afamada academia ofrece diplomas de Cocina francesa, cocina española y pastelería, esto lo hace en tres diferentes renglones estándar, intensivo y fines de semana.

El Grand Diplôme es su titulación más alta en él se combinan los diplomas de cocina francesa y pastelería en un tiempo de nueve meses.

Datos de contacto: Ctra. Majadahonda/M-515, Universidad Francisco de Vitoria, 28223 Pozuelo de Alarcón. Teléfono: 917 15 10 46 Más información: <https://www.cordonbleu.edu/madrid/inicio/es>

Escuela de Hostelería de Madrid

Fundada en 1945 la Escuela de Hostelería de Madrid es la precursora de las escuelas de gastronómicas de Madrid.

Esta institución madrileña ofrece diferentes modalidades en diferentes grados, Medio, Grado Superior y Grado Superior Dual (doble titulación).

Sus horarios son mañana, tarde y noche y aunque tiene mucha historia en la escuela se combinan la cocina tradicional con la cocina de autor y ha sabido adaptarse a los cambios en el sector a través de los años dando una enseñanza totalmente en prácticas.

Datos de contacto: Paseo Puerta del Ángel, 5, 28011 Madrid.
Teléfono: 914 631 100 Email: ies.hosteleria.madrid@educa.madrid.org Más información: <http://www.educa.madrid.org/ies.hosteleria.madrid>

Escuela de Hostelería Hofmann



Escuela de Hostelería Hofmann. España

Esta reconocida escuela ubicada en Barcelona, cuenta con una amplia y variedad de cursos entre ellos pastelería, diferentes cursos gastronómicos y de hostelería en diferentes especializaciones, arroces, cocina japonesa y las clases puedes optar por semanales o diarias tanto en la mañana, tarde o noche.

Dirección: Carrer de l'Argenteria, 74, 08003 Barcelona
Teléfono: 93 319 58 89

Email: hofmann@hofmann-bcn.com Más información en:
<http://www.hofmann-bcn.com/>

Basque Culinary Center



Quizás el más renombrado con afamado y justo reconocimiento la pionera en la creación de centros para el estudio gastronómico.

En el Basque Culinary Center puedes graduarte con la primera titulación oficial de Grado en Gastronomía y Artes Culinarias con cuatro años de duración y prácticas en todos los cursos.

Datos de contacto: Paseo Juan Avelino Barriola, 101, 20009
Donostia Teléfono: 943 57 45 00

Email: info@bculinary.com Más información en:
www.bculinary.com

Estudios Online

Ahora bien, en cuanto a estudiar en modo “Online” y gratuitos, existen un sinfín de opciones y oportunidades para personas de cualquier edad y condición social.

En estos cursos puedes aprender desde cocina molecular, cocina al vacío, cocina con nitrógeno líquido, espumas, cocinar con humo y muchísimos temas más.

Más información: Cursos gratuitos para trabajadores y desempleados <https://www.cursosfemxa.es/>

También existe la opción de cursos On Line pagos como, por ejemplo, en el mismo Basque Culinary Center, donde hay cursos tales como “Técnicas Culinarias de Vanguardia” o “Aplicaciones Contemporáneas de Salar, Ahumar, Marinar y Nixtamalizar” y sus precios oscilan entre 250 y hasta 1.950 euros con duración de 200 horas, por ejemplo, hay muchos más.

Más información en <https://www.bculinary.com/es/cursos-online>

Estudiar gastronomía en España es una de las mejores opciones para aquellos que buscan una carrera emocionante y apasionante, pero hay que tener vocación por lo que se hace y poner el alma en ello...si quieres ser un buen cocinero.

La valenciana Dalpiot representará a España en el 'Campionato Mondiale della Pizza'

El concurso, que reúne los mejores profesionales y pizzerías de todo el mundo, se celebrará en Parma los días 18,19 y 20 de Abril

Dalpiot, una pequeña pizzería situada en **Rocafort**, uno de los pueblos más exclusivos de España, competirá en la especialidad de Pizza Clásica en uno de los certámenes más importantes y **longevos** de este tan internacional plato.

No en vano se trata de su 30ª edición organizado por [Pizza e pasta italiana](#), cita obligada para las mejores pizzerías de todo el mundo que buscan demostrar su destreza en la elaboración de pizzas.

“Sin duda, una oportunidad única de estar rodeados de las pizzerías y pizzaiolos más importantes de los que aprender, así como dar a conocer nuestra propuesta y gastronomía”.

La propuesta de esta pizzería valenciana es la calidad de la materia prima y, sobre todo, la masa, que, tal y como indican “es una masa diferente a la masa tradicional napolitana, donde por el proceso de fermentación, su gramaje, el espesor de masa que la hace tan fina y de bordes prominentes y crujientes” esperan pueda sorprender al jurado.



Dalpiot representará a España en el 'Campionato Mondiale della Pizza'

Respecto a la pizza en concreto trasladan: “creemos que, con la Sollana (nombre de un municipio valenciano que da nombre a una de sus pizzas) podremos aportar valor añadido por el encaje de los sabores de la sobrasada, la mezcla de quesos, la cebolla roja caramelizada y la miel de romero, así, además, podremos exportar un poquito de Valencia y de España”.

La mejor pizza

Sobre si hay algo más que haga a la pizza de Dalpiot especial y candidata a convertirse en la mejor del mundo, apuntan que “puede parecer algo trivial, pero el cariño con el que hacemos el tomate, que es natural, que lo trituramos y especiamos.

La gestión del queso, que hemos ido aprendiendo a tratarlo, incluso la gestión de productos como el jamón, el beicon, el cocinado previo de cebollas, [champiñones](#), utilizar productos de temporada como la alcachofa, el tiempo de cocción sin prisas, al igual que el de fermentación, todo ello pensamos

que ayuda a tener algo diferente.



Según Global Pizza Market Report, el mercado global de la pizza está en plena expansión en el que “las pizzas especiales y gourmet se han vuelto cada vez más populares”, viéndose afectado por los nuevos hábitos de consumo, donde el Delivery tiene un papel cada vez más importante.

En este contexto, afirman desde Dalpiot que “aunque uno de nuestros valores principales es el local que cuenta con un agradable entorno natural y paisajístico, debemos acompañar a nuestros clientes y dejarles que nos encuentren en las

principales plataformas como Glovo” donde la pizza “está en el top 3 de productos más buscados”.