

GMR Canarias y la ULPGC reafirman su alianza con la segunda edición del Diploma de Estudios Gastronómicos Canarios

Una formación que une conocimiento, identidad y producto local

GMR Canarias y la ULPGC lanzan la segunda edición del Diploma de Estudios Gastronómicos Canarios, un programa que une conocimiento, territorio y sostenibilidad.

La gastronomía canaria continúa consolidando su papel como expresión de identidad, cultura y sostenibilidad. Esta vez, el impulso llega desde la educación superior. La **Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPGC)** y la empresa pública **Gestión del Medio Rural de Canarias (GMR Canarias)** han presentado la segunda edición del *Diploma de Estudios Gastronómicos Canarios*, un programa académico que refuerza el vínculo entre conocimiento, territorio y producto local.



Consejero delegado de GMR Canarias, Juan Antonio Alonso

El acto de presentación se celebró en la sede de Formación Sénior de la ULPGC y contó con la participación del rector **Lluís Serra**, el consejero delegado de **GMR Canarias, Juan Antonio Alonso**, y el **viceconsejero de Cultura, Deporte y Sociedad, José Miguel Álamo**, además del profesorado y alumnado que inaugura esta nueva edición.

*“Esta colaboración refuerza el compromiso del Gobierno de Canarias con la promoción de los productos agroalimentarios del Archipiélago, impulsando su [conocimiento](#), consumo y presencia en la gastronomía local y turística” afirmó **Juan Antonio Alonso**, consejero delegado de GMR Canarias.*

Álamo, por su parte, destacó el crecimiento de la formación Sénior en la ULPGC:

“Este diploma es uno de los ocho programas de formación Sénior que hemos desarrollado, y este año hemos batido récord de estudiantes, lo que demuestra el interés creciente por

aprender y participar activamente en la vida cultural de nuestras Islas”.

Aprender desde la experiencia y el territorio

El *Diploma de Estudios Gastronómicos Canarios* está destinado a **personas mayores de 55 años** y se desarrolla a lo largo de **dos cursos académicos**, combinando teoría y práctica para ofrecer una experiencia educativa viva, dinámica y vinculada al entorno.

En el programa se estudian los **productos más emblemáticos del Archipiélago** –vinos, quesos, mieles, aceites, gofios y pescados–, abordándolos desde su historia, su importancia económica y su papel dentro de la cultura alimentaria canaria.



Además de las clases en aula, se realizan **visitas a bodegas, salinas, queserías, fincas agrícolas y explotaciones**

ganaderas, lo que permite al alumnado comprender los procesos productivos y valorar el trabajo que hay detrás de cada alimento. Un aprendizaje que no solo nutre la mente, sino también la conciencia sobre la sostenibilidad del territorio.

La gastronomía como patrimonio y desarrollo sostenible

Tras el éxito de su primera edición, este diploma se consolida como un referente en la **difusión del patrimonio gastronómico canario**, contribuyendo a formar una comunidad de personas comprometidas con la cultura del producto local.

La participación de [GMR Canarias](#) se enmarca dentro de la estrategia “**Crece Juntos**” y bajo la marca “**Volcanic Xperience**”, con materiales divulgativos y didácticos que fomentan el conocimiento y la promoción del producto local.

El propósito de esta iniciativa va más allá de enseñar recetas o técnicas culinarias: busca crear una nueva generación de **embajadores y embajadoras de la gastronomía canaria**, capaces de transmitir el valor del territorio, el esfuerzo del sector primario y la importancia de mantener viva la tradición desde la educación.

Porque enseñar gastronomía en Canarias no es solo hablar de comida: es preservar la memoria colectiva de quienes han hecho del sabor un lenguaje de identidad y futuro.

Día de Muertos en El Chile

Verde: cuando la tradición mexicana se sirve en la mesa

En México, el Día de Muertos no es una fecha cualquiera, es una cita con la memoria. Es la manera más hermosa que tiene un pueblo de honrar a quienes ya partieron: cocinando para ellos, cantándoles, y compartiendo en familia los sabores que los mantienen vivos en el recuerdo. Es una fiesta del alma, una celebración del amor y del sabor.

Este año, *El Chile Verde* convierte su casa en un altar de tradición viva, con una carta especial creada para rendir homenaje a la gastronomía más auténtica de México. Una noche donde la música, el color y la emoción se entrelazan con el fuego de los fogones y la alegría del reencuentro.



El menú, elaborado con respeto y cariño por la cocina ancestral, presenta una selección de platos que cuentan historias: el **Pozole Rojo picantito con gambas**, caldo festivo que simboliza la abundancia y la unión familiar; las **Tostadas de Ceviche de Atún** y las **Tostadas de Aguachile (gambas)**, frescas y vibrantes como el espíritu de las ofrendas marinas; y los **Camarones a la diablo en tacos**, que evocan ese fuego interior con el que los mexicanos celebran la vida, incluso en el recuerdo de la muerte.

Para cerrar, un [toque dulce](#) que no puede faltar en ningún altar: **pan de elote y otras delicias caseras**, porque el Día de Muertos también se saborea con ternura y nostalgia. Todo ello acompañado de **música en vivo**, margaritas, toritos y el ambiente más mexicano de Tenerife.

Entre flores de cempasúchil, calaveras

coloridas y velas encendidas, *El Chile Verde* invita a vivir una velada mágica que trasciende la mesa. Aquí no se trata de copiar una tradición, sino de honrarla con verdad, con una cocina 100% mexicana, hecha con productos frescos y el saber heredado de generaciones.



Romina Sánchez Sánchez

Al frente de esta experiencia se encuentra **Romina Sánchez Sánchez**, mexicana, cocinera y propietaria del restaurante, quien junto a su equipo mantiene viva la esencia del México más genuino en cada plato. Para ella, [El Chile Verde](#) no sería lo que es sin la pasión, entrega y compañerismo de quienes trabajan a su lado, haciendo que cada servicio sea un acto colectivo de amor por la cocina, la hospitalidad y la tradición.

El Día de Muertos en *El Chile Verde* no es un espectáculo: es un homenaje a la vida, una oportunidad para recordar con alegría y compartir entre amigos los sabores que cruzan fronteras.

☐ Reserva ya tu mesa y forma parte de esta celebración única.

El Chile Verde

[Calle Dr. Celestino Cobiella Zaera, 2, Bajos puerto palace, 38400 Puerto de la Cruz, Santa Cruz de Tenerife](#) Teléfono: [722 31 69 50](#) ☐ Reservas: 686 97 03 70

Paisajes al Plato: el territorio de Tenerife convertido en arte comestible

Una experiencia sensorial que une gastronomía, paisaje y conciencia de identidad

Por **Canariasgourmet.es**

Hay proyectos que nacen desde la estrategia y otros que emergen desde la emoción. *Paisajes al Plato* pertenece a esta segunda estirpe: la de las ideas que logran poner de acuerdo al [territorio](#), la cocina y la mirada. No se trata únicamente de cocinar, sino de **traducir la belleza natural de Tenerife en lenguaje culinario**, y hacerlo con la misma sensibilidad con la que un artista pinta, fotografía o escribe sobre su tierra.

El próximo **16 de octubre**, la isla vivirá dos encuentros paralelos en **Santa Cruz de Tenerife** y **San Cristóbal de La Laguna**, que marcarán el inicio de una nueva etapa para esta propuesta impulsada por el Gobierno de Canarias a través de su

marca **Islas Canarias – Latitud de Vida**, y apoyada por entidades como **Turismo de Tenerife**, los ayuntamientos de ambas ciudades y aliados privados entre los que figuran **Spring Hoteles**, **Alcampo**, **Ecohotel Costa Mágica** y **El Gusto por el Vino**.

Cocinar el paisaje: un gesto de identidad

En el **Palacio de Carta**, en pleno corazón de Santa Cruz, se celebrará una exposición fotográfica que explorará el diálogo entre el paisaje y la creación gastronómica. **Pedro Nel**, **Danny Nielsen** y **Gerardo Cruz**, entre otros chefs, han desarrollado platos inspirados en los paisajes más representativos de Tenerife: los tonos cenizos del Teide, los verdes profundos de Anaga, el brillo salino del litoral o el juego de sombras de las medianías.



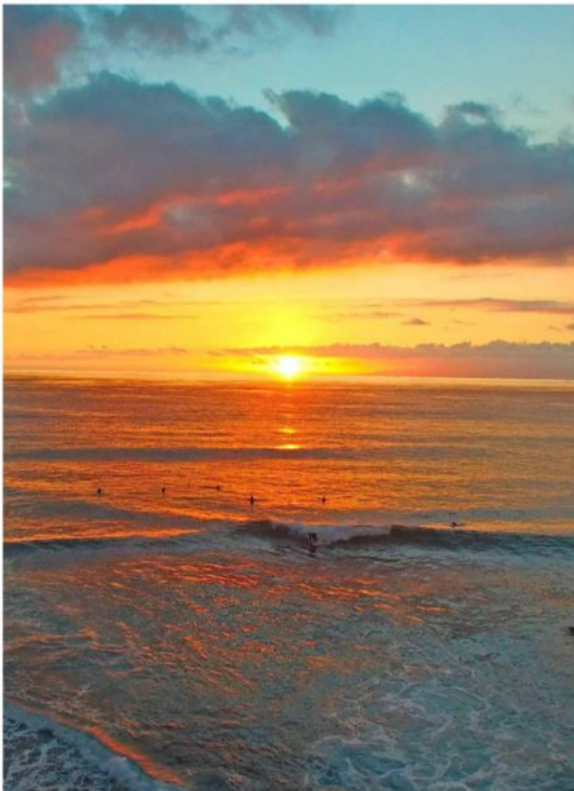
Cada uno ha encontrado su propio relato. No hay aquí una visión uniforme, sino un mosaico de interpretaciones donde la cocina se convierte en vehículo de identidad. La intención es clara: **mostrar cómo la creatividad culinaria puede ser también**

un espejo del territorio.

La exposición, sin embargo, no se queda en lo estético. Funciona como punto de partida para reflexionar sobre el papel del cocinero contemporáneo en la construcción del relato de un destino. El plato, entendido como soporte artístico y comunicativo, es también una herramienta de sensibilización cultural.

La Laguna: cuando el paisaje se sirve a la mesa

Mientras en la capital se contempla el paisaje desde la lente y la metáfora, **San Cristóbal de La Laguna** lo llevará directamente al paladar. El **Eco Hotel Costa Mágica** acogerá una **cena experiencial** liderada por **Braulio Simancas**, acompañado por un grupo de cocineros locales y un chef nacional invitado.



Simancas, una de las voces más respetadas de la cocina canaria contemporánea, ha construido su carrera desde la coherencia: rescatar lo nuestro sin nostalgia y proyectarlo hacia el futuro con criterio. En esta ocasión, su menú se inspira en la

diversidad paisajística del municipio lagunero, trasladando a cada plato la esencia de sus entornos naturales y agrícolas.

Durante la velada, los comensales no solo degustarán sabores, sino que participarán en una narrativa en la que cada plato actúa como una pincelada dentro de un cuadro mayor: el de una isla que se piensa a sí misma a través del sabor.

Turismo, sostenibilidad y territorio: un triángulo virtuoso

<https://www.paisajesalplato.com/>El proyecto *Paisajes al Plato* responde a una tendencia internacional que Canarias empieza a asumir con madurez: la de **un turismo gastronómico vinculado a la sostenibilidad y la experiencia vivencial**.

Ya no basta con mostrar el destino; hay que hacerlo sentir, saborear y entender. La cocina se convierte así en un lenguaje de interpretación del paisaje, en un puente entre lo tangible y lo emocional.

Esta segunda fase del proyecto da continuidad a una primera centrada en la creación de platos inspirados en imágenes del territorio. Ahora, con las experiencias abiertas al público y a los profesionales, el objetivo se amplía: **posicionar a Tenerife como un destino gastronómico de referencia internacional, pero con alma local**.



Más allá de la promoción, la propuesta plantea un modelo de desarrollo que prioriza el producto de kilómetro cero, la creatividad sostenible y la puesta en valor del paisaje como recurso cultural y económico. En un mundo donde la homogeneidad amenaza con borrar los acentos, iniciativas como esta devuelven a la cocina su papel como guardiana de identidad.

Cómo asistir

El acceso a los eventos de *Paisajes al Plato* será gratuito hasta completar aforo, previa inscripción.

- **Exposición fotográfica:** Palacio de Carta (Santa Cruz de Tenerife), desde las 10:00 horas.
- **Cena experiencial:** Eco Hotel Costa Mágica (San Cristóbal de La Laguna), a partir de las 19:30 horas.

Las reservas para la cena deberán realizarse de manera anticipada a través del correo info@paisajesalplato.com o en la web oficial del proyecto www.paisajesalplato.com

Cuando el plato es paisaje y el paisaje, destino

La gastronomía de Tenerife ha demostrado en los últimos años su capacidad para reinventarse sin perder raíces. *Paisajes al Plato* se inserta en ese movimiento que busca tender puentes entre el campo y la mesa, entre el cocinero y el productor, entre la mirada del visitante y el sentir del habitante.

El resultado es una experiencia que trasciende la simple degustación: un ejercicio de observación y respeto. Porque, al final, **comer bien también puede ser una forma de cuidar lo que somos.**

Tacoronte se convierte en

epicentro del debate agroecológico joven en Canarias

Los días 22 y 23 de octubre, Tacoronte acogerá las **II Jornadas de Jóvenes y Agroecología Sostenible**, un encuentro que va más allá de las charlas técnicas: es una cita con el futuro del campo canario. Bajo la organización de la [Asociación de Agricultores y Ganaderos Tacoronte Ecológico](#), estas jornadas buscan tejer puentes entre generaciones, saberes y territorios en torno a una idea cada vez más urgente: producir respetando la vida.

Durante dos días, la **Calle Miranda** se transformará en un espacio de reflexión y acción. Allí, jóvenes agricultores, investigadores, colectivos [ambientales](#) y entidades vinculadas al sector primario compartirán experiencias sobre **biodiversidad, control biológico, gestión del suelo, semillas locales y el papel esencial de los polinizadores y murciélagos en la sostenibilidad de los ecosistemas agrícolas**.

De la teoría al suelo: lo que se hablará en las jornadas

El martes 22, a partir de las 16:00 horas, se abrirá el programa con la intervención de **Isabel Hidalgo**, viverista especializada en flora canaria, quien abordará una de las temáticas clave para la agricultura del futuro: el **“Control biológico por conservación”**, es decir, cómo aprovechar los mecanismos naturales del entorno para el manejo sostenible de plagas, reduciendo la dependencia de productos químicos y favoreciendo la salud de los suelos.



El miércoles 23 la programación continuará con una mirada amplia a la **ecología aplicada al territorio insular**. A las 16:00 horas se ofrecerá la charla **“Murciélagos endémicos y su relación con la agricultura”**, que revelará cómo estos discretos guardianes del ecosistema contribuyen a mantener el equilibrio natural. Luego tomará la palabra la **Red Canaria de Semillas**, con una ponencia titulada **“20 años sembrando futuro”**, un repaso a dos décadas de labor por la recuperación y protección del patrimonio genético agrícola del Archipiélago.



A las 17:50 se proyectará el documental **“Río Oculto”**, una mirada poética y comprometida sobre la relación del ser humano con la naturaleza. Y, como cierre de jornada, **Eduardo Franquiz** expondrá su charla **“Agrosistemas Canarios. Fases en la nutrición simbiótica de un suelo orgánico”**, donde profundizará en la importancia del suelo vivo como base de toda producción

sostenible. Posteriormente, una **mesa redonda** permitirá el diálogo directo entre ponentes y público, generando un espacio participativo y de aprendizaje común.

Sembrar conocimiento para cosechar futuro

Estas segundas jornadas nacen de una convicción clara: **Canarias necesita renovar su vínculo con la tierra.** Los jóvenes que hoy apuestan por la agroecología lo hacen desde una visión que combina la sabiduría heredada con la innovación tecnológica y el compromiso ambiental. Su reto no es menor: devolver dignidad y viabilidad económica a la actividad agrícola, haciendo del territorio un espacio de equilibrio entre producción y sostenibilidad.



TACORONTE
εcολόγico



Tacoronte, históricamente vinculado al vino y a la agricultura, se reafirma así como territorio pionero en el impulso de prácticas ecológicas. Este tipo de iniciativas –que combinan educación ambiental, investigación aplicada y participación ciudadana– resultan esenciales para **revalorizar el trabajo del campo y garantizar el relevo generacional**.

Una cita con sentido

Lejos de ser un evento puntual, las **Jornadas de Jóvenes y Agroecología Sostenible** representan una forma de entender el futuro del [Archipiélago](#). En un contexto donde el cambio climático, la pérdida de biodiversidad y la desertificación son realidades cada vez más palpables, la apuesta por una agricultura ecológica, de cercanía y socialmente justa se convierte en una urgencia común.

La cita en **Tacoronte** no solo promueve el diálogo entre quienes cultivan la tierra, sino también entre quienes la defienden, la estudian y la habitan. Una reunión donde la semilla del conocimiento se planta en el terreno fértil del compromiso. Porque el futuro del campo canario no se decreta: **se cultiva**.

Para más información e inscripciones, las personas interesadas pueden contactar a través del correo electrónico asociaciontacoronteecologico@gmail.com.

Amigos Canarios del Buen Comer: Restaurante El Mirador de la Marina

Por: Antonio Pérez Viera/Fotos: José Antonio Melián

[@ElMiradordelaMarina](#)

El pasado sábado 27 de septiembre, 33 [Amigos Canarios del Buen Comer](#) celebramos nuestra nonagésima quinta (95ª) visita a un restaurante “con encanto” que, en esta ocasión, ha sido el **Restaurante “El Mirador de la Marina”** ubicado en el puerto deportivo de Amarilla Golf, en San Miguel de Abona, que cuenta con aparcamiento gratuito.

El Restaurante El Mirador de la Marina abrió sus puertas hace dos años al objeto de ofrecer una cocina cuidada, en un ambiente acogedor con vistas panorámicas al mar, a la marina y a la montaña.



Su cocina es de estilo mediterráneo, con fuerte presencia de mariscos, pescados, carnes, y platos de autor, que aprovecha, en lo posible, productos cercanos de gran calidad. Destaca, además, por sus carnes de ternera, las paellas de solomillo con boletus y los pescados frescos.

Uno de sus fuertes es el servicio, que destaca por su profesionalidad, por su exquisita atención multilingüe y sus conocimientos enológicos.

En su bodega combina vinos canarios de Lanzarote, de Tenerife, y de La Palma, con grandes denominaciones de origen de España (Rioja, Ribera del Duero, Rías Baixas, Rueda, Priorat, Bierzo, Navarra y Galicia) y una cuidada selección de champanes y rosados franceses.





El propietario e impulsor del proyecto es **Carlos Manuel Galindo Cabrera**, empresario consolidado en el sur de Tenerife, con una dilatada trayectoria en el sector de la hostelería y la restauración. A lo largo de los años ha gestionado distintos proyectos gastronómicos de éxito, destacando por su capacidad de combinar una oferta culinaria de calidad, con ubicaciones privilegiadas frente al mar.

Su visión empresarial se ha centrado en crear espacios únicos donde la gastronomía, el entorno y el servicio cercano se convierten en experiencias memorables para clientes locales y

visitantes internacionales. Hoy es reconocido como un referente del sector en la zona, con un estilo de gestión que, apuesta por la excelencia, la innovación y el impulso del destino turístico de Tenerife Sur.



Al frente de fogones está **Francesco Carbone**, con más de 30 años de trayectoria internacional, es un chef apasionado y creativo que ha desarrollado su carrera en prestigiosos restaurantes y hoteles de 4 y 5 estrellas en Italia, Puerto Rico y [Tenerife](#). Su experiencia abarca cocinas tan diversas como la italiana, española, mexicana, mediterránea, canaria, criolla y de autor, siempre enfocado a la innovación, al respeto por el producto y a la excelencia en el servicio.

Y como gerente, **Benedicta Martín Linares**, es una gran

profesional, muy reconocida y respetada en la zona de Costa San Miguel, por su buen hacer y su profundo conocimiento del sector.

El Mirador de la Marina está abierto de miércoles a domingo en horario de 13:00 a 23:00 siendo su horario de cocina de 13:00 a 21:30.

Admiten reservas, a realizar a través de todas las redes sociales del restaurante de forma automatizada, al teléfono **34 619 16 04 77** o al correo electrónico: reservasamarilla@gmail.com.

El acto de bienvenida, al inicio de la comida, corrió a cargo de **Benedicta Martín** y de **Francesco Carbone**, en presencia de **Antonio Pérez Viera** y de **Jesús M. González** en representación de los **Amigos Canarios del Comer**, en el que nos explicaron la trayectoria y la filosofía del restaurante, así como la composición y elaboración de los distintos platos del menú elegido.

















El menú seleccionado para la ocasión fue el siguiente:

- Carpaccio de cherne y carabinero.
 - Pescado marinado al estilo veneciano.
 - Magret de pato marinado sobre tostadas crujientes con canónigos/parmesano y toque de frutos rojos.
 - Chipirones rellenos de camarón.
 - Croquetas de jamón ibérico.
 - Rossejat de gambas, pulpo y calamar.
 - Mini carpaccio de piña con helado artesanal de coco.
-
- Vino Blanco Verdejo Emina Sobre Lías 2024 (D.O. Rueda)
 - Vino Tinto Tempranillo Pasión 2024 (D.O. Ribera del Duero)





Agua, caña, café o infusión.

Los puntos sujetos a votación por los **Amigos Canarios del Buen**

Comer fueron: El menú elegido, las instalaciones y el servicio.

La nota media de los distintos parámetros resultó ser un 9,68 sobre 10, con lo que se convirtió en el restaurante mejor valorado entre los visitados en 2025, lo que significa que el “Restaurante El Mirador de la Marina” es un establecimiento muy recomendable para visitar.

GMR Canarias: el sistema circulatorio del producto local

[@GMR Canarias](#)

En el cuerpo vivo de la gastronomía canaria, [GMR Canarias](#) cumple una función vital: la de sistema circulatorio. Mientras los productores –el corazón– bombean trabajo, tierra y saberes al paisaje, es esta empresa pública la que garantiza que ese latido llegue a los fogones, a las mesas y, finalmente, al comensal. Sin ella, mucho de lo que nace en el campo, en el mar o en los obradores artesanales se quedaría en el anonimato.



GMR (Gestión del Medio Rural de Canarias) no vende titulares, pero mueve kilos de mango en La Gomera, impulsa quesos premiados desde El Hierro y distribuye papas antiguas, vinos volcánicos o pescados locales a hoteles, colegios y hospitales. Lo hace como una [herramienta](#) operativa del

Gobierno de Canarias, adscrita a la **Consejería de Agricultura, Ganadería, Pesca y Soberanía Alimentaria**. Pero, sobre todo, lo hace como engranaje silencioso de un sistema que necesita eficiencia, identidad y músculo logístico para no quedarse atrás

Una empresa pública con propósito: proteger lo que es de aquí

Desde sus inicios, GMR ha tenido una misión clara: **garantizar el acceso justo del producto canario a los canales de distribución**, evitando que el esfuerzo de los pequeños productores naufrague en la burocracia, la descoordinación o los sobrecostes que impone la insularidad.



En otras palabras, permite que lo que nace cerca, llegue también cerca. Que lo que se cultiva con manos locales no necesite salir de las islas para volver transformado. Que el producto local compita no solo por su calidad, sino también por su disponibilidad y trazabilidad.

Desde el empaquetado hasta la entrega, pasando por la logística en frío o seco, la organización de pedidos

institucionales y el acompañamiento a cooperativas, GMR se encarga de que **la calidad de lo canario no se pierda por el camino.**

Volcanic Xperience: una marca que narra el territorio

En ese mismo impulso nace **Volcanic Xperience**, la marca paraguas impulsada por GMR para proyectar el relato gastronómico de las islas con una narrativa coherente y atractiva. No se trata de un simple logotipo. Es una plataforma de visibilidad y promoción que conecta productores, chefs, instituciones, consumidores y viajeros.



Volcanic Xperience se integra dentro de la estrategia “**Creceer Juntos**”, un programa que busca alinear al sector turístico con el agroalimentario. El objetivo es que el visitante que llega a Canarias no solo disfrute del sol y la playa, sino que también conozca, saboree y valore lo que se cultiva, cría y elabora aquí.

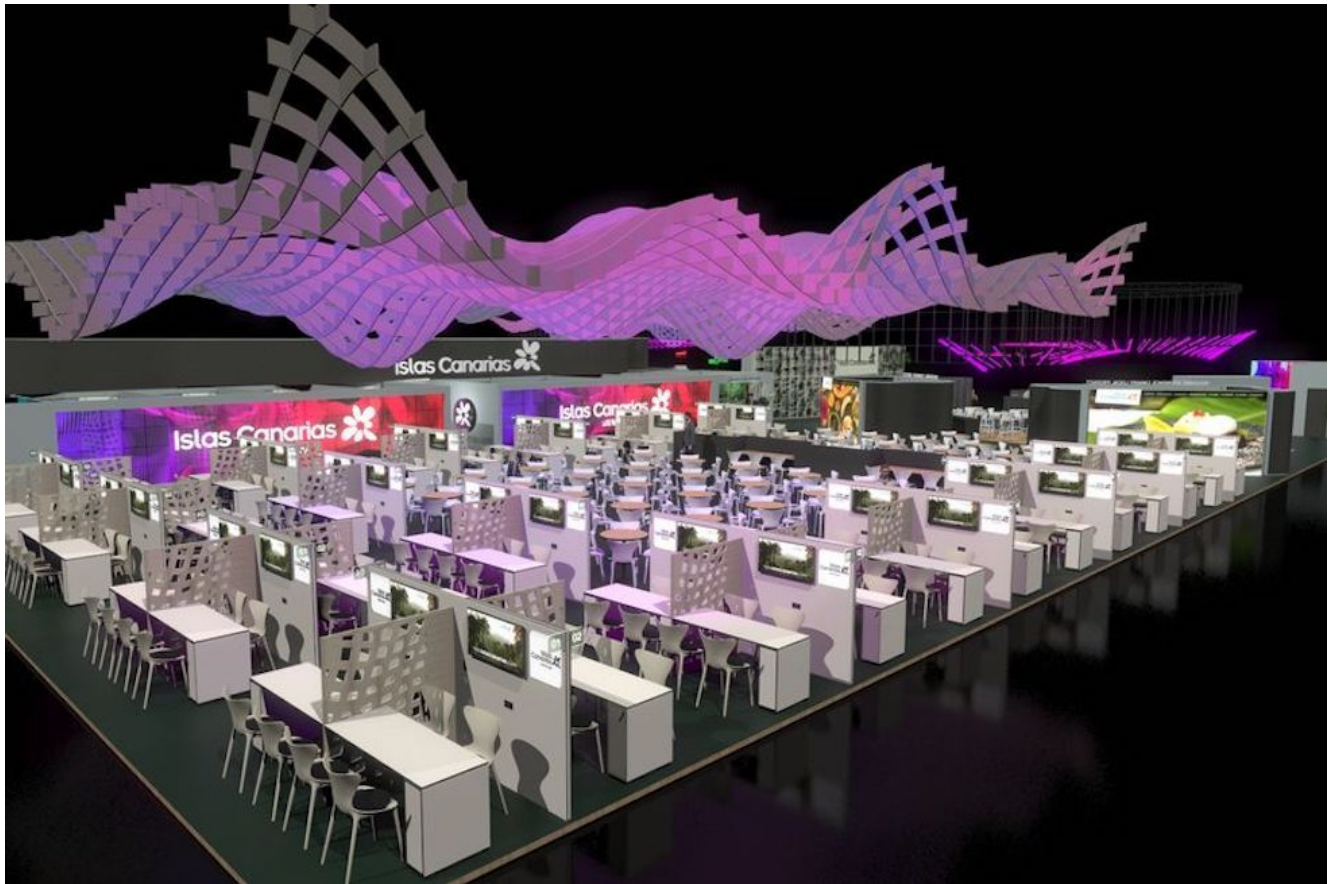
Esta marca ha sido protagonista en **FITUR, Madrid Fusión, Salón Gourmets, GastroCanarias** y otras citas clave del calendario gastronómico nacional. Desde showcookings a catas, desde campañas institucionales hasta acuerdos con aerolíneas como Binter, **Volcanic Xperience pone a Canarias en el mapa como**

destino gastronómico con identidad propia.



Stand de Canarias en Fitur 2023





Stand de Canarias en Fitur 2025

Resultados tangibles: de los campos a las cartas

Más allá de los discursos, la gestión de GMR y Volcanic Xperience se traduce en resultados medibles. Entre los logros recientes destacan:

- **300.000 personas alcanzadas** a través de campañas promocionales en 2023-2024.
- Más de **200 productores locales incorporados** a sus circuitos comerciales.
- **Acuerdo con Binter** para incluir productos canarios en los vuelos, llevando el sabor del territorio a bordo.
- Presencia y apoyo en certámenes como los **Premios Nacionales de Gastronomía Diario de Avisos**, el **Concurso Nacional de Vinos de Pequeñas D.O.**, o festivales como **Cine de La Orotava**, donde incluso se otorgó el **Premio**

Volcanic Xperience al mejor cortometraje canario.



Productos canarios en los vuelos de Binter

Además, ha permitido la **comercialización organizada de cultivos locales** como el mango gomero, y ha facilitado eventos como la Feria de la Tapa Herreña o los mercados itinerantes en centros urbanos, uniendo al productor con el consumidor en un entorno de cercanía real.

Una red que sostiene la soberanía alimentaria

Hablar de GMR es hablar de soberanía alimentaria. De la capacidad de Canarias para sostenerse sobre su propio paisaje productivo, sin depender exclusivamente de lo que llega en contenedores desde el exterior. En un momento en el que el mundo mira hacia la producción local como eje estratégico, el modelo canario necesita estructuras como GMR para consolidar ese futuro.





Por eso, además de distribuir, esta entidad también **forma, asesora, comunica y acompaña**. Es parte de un ecosistema más amplio que incluye universidades, centros de innovación, DOPs, IGP's y hasta colectivos sociales. En ese diálogo se define el futuro del producto canario: con raíces, con relato y con redes de distribución que funcionen.

Un engranaje imprescindible... aunque invisible

En definitiva, **GMR Canarias no es la portada del plato, pero sí la carretera por donde llegó el ingrediente principal**. Es el sistema que, sin hacer ruido, conecta al agricultor de medianías con el menú degustación de un restaurante con estrella; al pescador artesanal con el comedor escolar; al productor de gofio con las vitrinas de una feria internacional.

¡AGRICULTOR!



GMR Canarias

**SE OFRECE A
COMERCIALIZAR
SUS PRODUCTOS**



GMR Canarias pone a disposición de los productores canarios del sector primario la posibilidad de comercializar de forma planificada.

Publicamos los precios de compra en nuestra web todos los días.

Le invitamos a adscribirse mediante una sencilla homologación.

Infórmese en www.gmrcanarias.com o en el teléfono 620 21 73 81 



Bajo la dirección actual de **Juan Antonio Alonso Barreto** y el

respaldo de un equipo directivo comprometido con el territorio, GMR ha sabido afianzar su papel como estructura vertebradora del producto local. Una gestión que ha combinado operatividad, visión institucional y sensibilidad con los sectores productivos que sostienen el paisaje alimentario del archipiélago.

Sin GMR, buena parte del producto local no estaría hoy en el mapa. Con ella, no solo se garantiza su presencia, sino también su permanencia y su evolución.

Y si alguna vez, en una carta, lees “queso curado de El Hierro”, “tomates de Guía de Isora” o “miel de palma gomera”, quizás no lo sepas, pero ese sabor también ha viajado por las arterias de este sistema. Porque en Canarias, el sabor se cultiva... y se distribuye con sentido.

Sabor Clandestino cumple 11 años: cocina, arte y comunidad desde las alturas de La Paz

[@SaborClandestino](#)

Una década y un año de revolución culinaria silenciosa. De fogones encendidos al aire libre, de platos que cuentan historias, de miradas nuevas sobre la alimentación y la cultura popular. Así celebra el colectivo boliviano **Sabor Clandestino** su 11º aniversario: reafirmando que la **gastronomía**

también puede ser un acto político, un gesto artístico y una herramienta social.



Fundado por **Marco Antonio Quelca** en 2014, Sabor Clandestino no nació entre manteles de lino ni copas talladas. Nació en la calle. Entre carritos ambulantes, ingredientes nativos y un anhelo profundo: **que la comida vuelva a ser vínculo, experiencia y resistencia**. En sus inicios, las intervenciones eran casi performáticas, clandestinas, en plazas y barrios populares. Hoy, su legado sigue más vivo que nunca.

Un aniversario con sabor a raíz

La celebración de estos 11 años no busca alfombras rojas ni cenas exclusivas. Al contrario: **Sabor Clandestino vuelve a sus orígenes**, a la calle, a la comunidad, al contacto directo con la gente. Y lo hace con una agenda que fusiona lo culinario con lo cultural y lo educativo:

- **Intervenciones gastronómicas gratuitas en espacios públicos**, donde los transeúntes se convierten en comensales, sin más protocolo que el de compartir.
- **Talleres para niños y niñas de escuelas fiscales**, donde

se enseña el valor de una alimentación sana a partir de productos endémicos de Bolivia. Una apuesta pedagógica que siembra hábitos alimentarios desde la infancia.

- **Concurso de Cocina Creativa para estudiantes de gastronomía**, un laboratorio de ideas que se extenderá del 29 de septiembre al 8 de octubre. Durante seis jornadas, jóvenes talentos pondrán en juego su imaginación culinaria, lejos del formalismo académico y más cerca de la emoción.

Todo desembocará el próximo **12 de octubre** en **la gran kermés de aniversario**, que tendrá lugar en **el Mirador de las Letras**, en la zona de Cotahuma. Un lugar simbólico para el colectivo, pues allí, años atrás, realizaron algunas de sus primeras cenas de degustación al aire libre. “Es especial celebrar desde casa, en uno de los miradores donde hace años realizamos nuestros menús de degustación al aire libre”, comenta **Marco Quelca**, con la emoción de quien regresa al punto de partida con las manos llenas de historias.









Cultura popular y vanguardia en un solo bocado

Lo que diferencia a **Sabor Clandestino** no es solo su cocina —que lo es—, sino **la filosofía que la sostiene**. Lejos de los brillos efímeros de la alta gastronomía, su propuesta revaloriza la cocina cotidiana, popular, esa que se cuece a diario en las casas, los mercados, las esquinas. Y, sin embargo, lo hace con una estética y una técnica que la colocan a la altura de los discursos más contemporáneos.



Como bien señala Quelca, “la vanguardia no solo trata de generar propuestas con técnica avanzada y novedosa. La vanguardia también trata de tener una mirada distinta, una mirada donde se comparta una cocina bien hecha, no solo en restaurantes, sino en la cotidianidad y que sea al alcance de todos”. Una declaración que, en tiempos de experiencias gastronómicas hipercuradas y muchas veces excluyentes, suena a manifiesto urgente.

Recomendado por The World's 50 Best

El impacto de Sabor Clandestino ha cruzado fronteras y no ha pasado desapercibido en los círculos más influyentes de la gastronomía internacional. La propuesta del colectivo ha sido incluida en **“50 Best Discovery”**, la plataforma oficial de descubrimientos del prestigioso ranking **The World's 50 Best Restaurants**, que selecciona espacios con identidad propia y propuestas innovadoras en todo el mundo.



Este reconocimiento no es un simple guiño, es una validación poderosa de que lo que se está cocinando desde La Paz tiene eco global. Allí, la experiencia es descrita como un viaje sensorial, cultural y gastronómico, que abarca ingredientes de los 24 pisos ecológicos de Bolivia, intervenciones artísticas, y una narrativa emocional en cada plato. Es, en definitiva, una cocina que conecta territorio, memoria y creatividad como pocas en Latinoamérica.

Una década (más uno) de resistencia y

gratitud

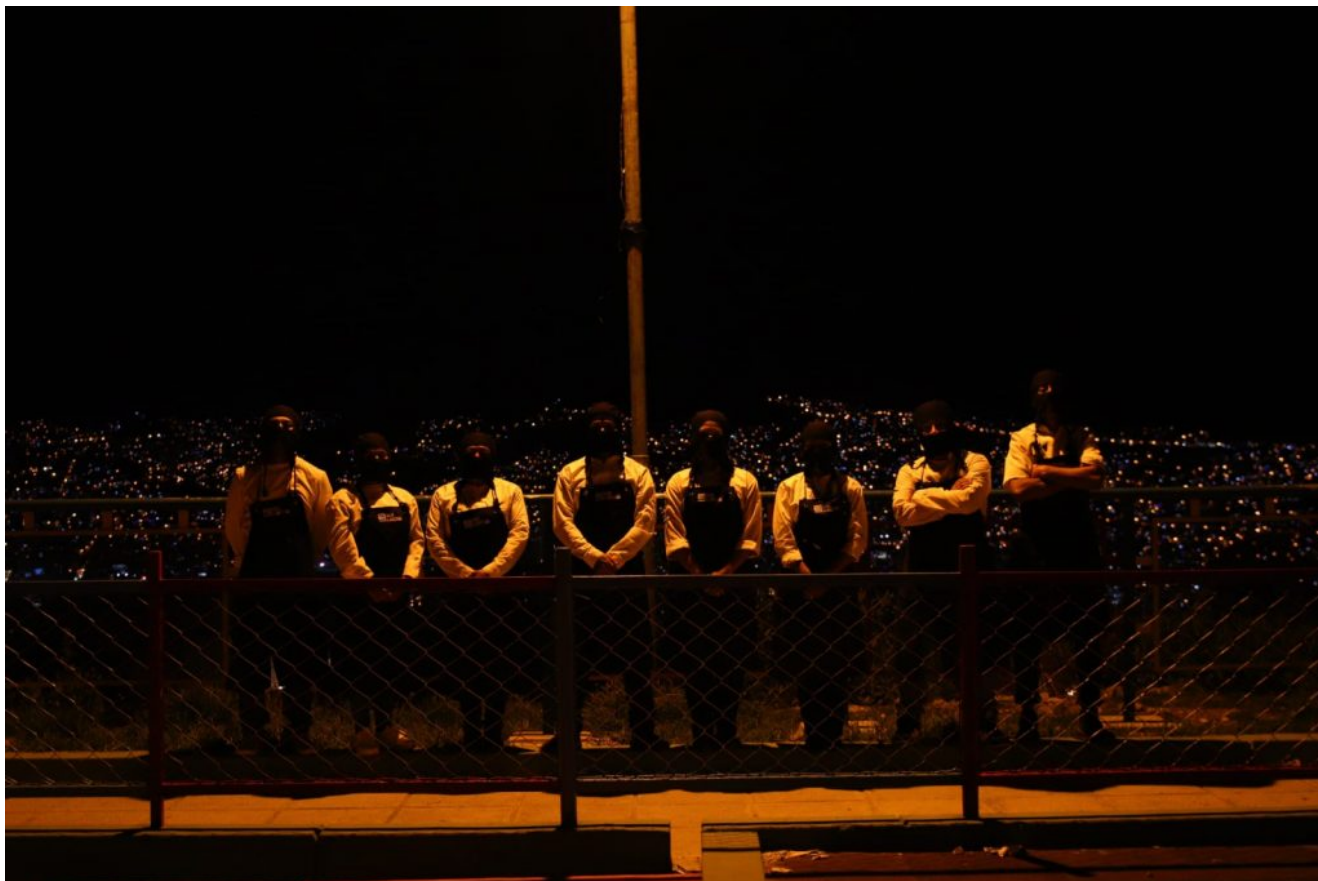
Cumplir 11 años de existencia no es menor, sobre todo cuando se trata de un proyecto cultural y gastronómico que no responde a los modelos convencionales ni cuenta con grandes respaldos institucionales. “Son 11 años gracias a nuestros [comensales](#) y seguidores. Por eso necesitamos festejar con ellos, porque son parte fundamental de Sabor Clandestino”, dice Quelca con una sinceridad que atraviesa el discurso.

Y tiene razón. Porque lo que ha sostenido a este colectivo no ha sido el marketing, ni la moda, ni la fama. Ha sido la comunidad. La convicción de que compartir un plato puede cambiar una mirada, un día, incluso una vida.

En un país tan diverso como Bolivia, donde coexisten más de 30 pueblos originarios y donde la riqueza culinaria es inabarcable, iniciativas como Sabor Clandestino no solo cocinan: **cartografían identidades, documentan sabores, y tejen redes de memoria.**







Desde Bolivia, un mensaje para toda Latinoamérica

Para quienes seguimos con atención la evolución de la cocina latinoamericana –y en particular los proyectos que desafían las lógicas de mercado–, Sabor Clandestino representa una de las propuestas más **genuinas, radicales y necesarias** del continente. En su nombre hay ironía, sí, pero también verdad: lo clandestino es muchas veces aquello que la cultura oficial invisibiliza. Y en ese margen, este colectivo ha construido un **nuevo centro**.

Celebrar 11 años no es solo un logro. Es una afirmación. Sabor Clandestino sigue, persiste y se expande, porque su alimento no está solo en la despensa: está en el corazón de la gente.

Orígenes Gran Canaria: la cocina que vuelve al lugar donde todo comienza

Orígenes Gran Canaria. El congreso gastronómico insular clausura su octava edición desde la Finca Ecológica Los Olivos en Telde, dejando un mensaje claro: sin memoria no hay futuro, y sin producto no hay cocina.

En una era donde las tendencias gastronómicas se consumen con la misma rapidez con la que se viralizan, [Orígenes Gran Canaria](#) ha vuelto a demostrar que hay otro camino: más lento, más profundo y, sobre todo, más sincero. Su octava edición, celebrada los días 29 y 30 de septiembre en la **Finca Ecológica Los Olivos**, ha reunido a cocineros, sumilleros, productores, periodistas y estudiantes para construir un relato colectivo sobre lo que realmente alimenta a una cocina: el origen.

Desde su apertura, **Orígenes** se planteó como algo más que un congreso. Fue un lugar de encuentro entre generaciones, entre quienes cultivan y quienes transforman, entre quienes educan y quienes aún están aprendiendo a mirar el territorio no solo como despensa, sino como herencia viva. El aire libre de la finca, con su suelo fértil y su vibración rural, sustituyó los [fríos](#) auditorios habituales por un entorno que respiraba autenticidad. Aquí, el conocimiento no se compartió desde la tarima: se sembró, literalmente, entre bancales.

Voces con estrella, tierra en las manos

Los ponentes que pasaron por esta edición sumaban entre todos **19 estrellas Michelin, 4 verdes y 26 soles Repsol**, pero su valor no se midió en galardones, sino en verdad. Uno de los momentos más reveladores llegó con **Germán Ortega**, chef de La Aquarela, quien abrió la jornada con una reflexión sobre la

humildad del producto local: ese que no necesita artificios para emocionar. Le siguió **Randy Siles**, embajador gastronómico de Costa Rica, quien dejó una frase que aún resuena entre los asistentes: *“El carisma canario y el costarricense se parecen porque ambos vienen del alma. Cocinar aquí ha sido un privilegio humano, no solo culinario.”*





Chef Germán Ortega

También pasó por el escenario **Pedro Sánchez** (Bagá, Jaén), abogando por la belleza de lo mínimo, y **Begoña Rodrigo** (La Salita, Valencia), que nos recordó que la acidez, bien entendida, puede ser un hilo conductor emocional. **Toño Pérez**, del emblemático Atrio, cerró el encuentro con una ponencia luminosa que entrelazó gastronomía, arte y vida como un único proyecto sensitivo.

A portrait of a man with curly hair and a beard, wearing a light-colored shirt and dark suspenders, with his arms crossed. The background is a textured, light-colored wall.

Diego Guerrero

Dstage



origenes | GRAN CANARIA
me gusta



orígenes

GRAN
CANARIA
me gusta

- Recuperar
- Proteger
- Transformar

VIII edición
encuentro para
profesionales de la
gastronomía

29 y 30
septiembre 2025
Finca Los Olivos
Telde



AFORO COMPLETO



Promueven



GRAN
CANARIA
me gusta

Organiza

Cámara
Gran Canaria

Colaboran



FRIMANCHA
CANARIAS



HOTEL CRISTINA
de Turismo
Canario



makro Vinófilos

MOLINO ROCA



Begoña Rodrigo (La Salita, Valencia)



Toño Pérez. (Atrio)

De la sala al viñedo: la cadena completa

Pero no solo de fogones habló Orígenes. El congreso reafirmó el papel esencial de la **sala**, de la sumillería, de ese espacio

intangible donde el relato cobra forma. Nombres como **Cristina Navarro** (Aponiente), **Nikola Ivicic**, **Marcos Trujillo**, **Diego Tornel**, **Silvia Ruiz** o **Javier Vega** dejaron claro que una experiencia gastronómica comienza en la cocina, pero se completa en la mesa. También el vino, ese líquido que guarda memoria de suelos y lluvias, fue protagonista gracias a la cata de **Raúl Pérez**, quien propuso un viaje sensorial por los “vinos de la memoria”.





Diego Tornel

No faltó la conexión con el campo. Agricultores, ganaderos, queseros y apicultores participaron no como figurantes, sino como voces necesarias en el relato. Porque, como quedó claro en más de una mesa, **no hay innovación sin raíz, ni futuro sin respeto por quienes cuidan la tierra.**

Estudiantes al centro, no en la grada

Una de las imágenes más potentes de esta edición fue ver a más de **250 estudiantes de 11 centros formativos** participando activamente, tomando apuntes, preguntando, emocionándose. No

fueron público, fueron parte del programa. Si algo diferencia a Orígenes de otros congresos, es justamente esto: la convicción de que **el presente se cocina con el pasado, pero se sirve a quienes vendrán.**



orígenes

GRAN
CANARIA
me gusta

VIII edición

encuentro entre
profesionales

- Recuperar
- Proteger
- Transformar



GRAN
CANARIA
me gusta

Cámara







Consejera Minerva Alonso

Gastronomía como ética y como lenguaje

Durante los dos días, cada ponencia fue más que una clase magistral. Fue una toma de postura frente a un mundo que muchas veces olvida de dónde vienen las cosas. Orígenes no se limitó a exponer técnicas o platos espectaculares. Nos habló de biodiversidad, de soberanía alimentaria, de ética profesional, de redes invisibles entre productor y cocinero, entre consumidor y paisaje. Fue, en el fondo, un congreso que sirvió para recordarnos que **la gastronomía no es solo una industria, es también un lenguaje cultural, una forma de resistencia y una manera de habitar el mundo.**

Un cierre que es un comienzo

Desde el Cabildo de Gran Canaria, la consejera **Minerva Alonso** destacó el valor del evento como herramienta de promoción, sí, pero sobre todo como instrumento de cohesión entre sectores:

primario, hostelero, educativo y turístico. Y es que si algo ha dejado claro Orígenes 2025, es que el verdadero lujo de una cocina no está en la exclusividad, sino en la pertenencia.

La octava edición ya es historia, pero ha dejado sembradas muchas más semillas de las que se ven a simple vista. En cada conversación entre pasillos, en cada cata comentada, en cada sonrisa compartida por quienes creen en el poder del origen, hubo algo que trascendía el plato. Algo que nos recuerda, una vez más, que la cocina es un acto de amor hacia lo que fuimos y una promesa de lo que podemos llegar a ser.

Kevin Díaz, Mejor Cocinero de Cantabria 2025: constancia majorera con sabor del norte

Desde Muriedas al podio nacional: el chef canario **Kevin Díaz** conquista Cantabria con una cocina que abraza sus raíces y desafía los límites del territorio

Hay historias que no se cocinan de un día para otro. Requieren tiempo, sacrificio, un paladar afilado y, sobre todo, una determinación férrea. Así es la trayectoria del chef **Kevin Díaz**, natural de Fuerteventura y actual jefe de cocina en **Casa Lucita**, en Muriedas (Camargo), quien acaba de ser nombrado **Mejor Cocinero de Cantabria 2025** tras alzarse con la victoria en la **X edición del Concurso de Cocineros "Nacho Basurto" Makro Torrelavega**, organizado por la Asociación de Cocineros de Cantabria y **FACYRE** (Federación de Cocineros y Reposteros de España).



No es solo un título. Es el resultado de una perseverancia que ya el año pasado lo dejó a las puertas del triunfo, quedando segundo. Pero Kevin volvió, afiló cuchillos, afinó ideas y regresó con una propuesta que no dejó lugar a dudas.

Cocina con relato: dos platos que narran el esfuerzo

El formato del concurso proponía trabajar con dos proteínas predeterminadas –pollo y pez limón–, lo cual limitaba el margen, pero agudizaba la creatividad. [Kevin](#) articuló un menú en dos actos, donde cada ingrediente hablaba de su técnica, de sus raíces y de su sensibilidad como cocinero.



“Entre el huevo y la gallina”, fue su forma de abordar el pollo desde una narrativa de texturas y matices. Una crema de millo tostado –guiño evidente a su Fuerteventura natal– con

huevo poché y espuma aireada del mismo cereal, seguida de un guiso de [pollo](#) desmigado y envuelto en film para ganar untuosidad, frito luego en maicena, con demi-glace intensa, puré de apionabo y una croqueta de pollo y morcilla. Un plato con hilo conductor y vocación de cuento corto: sabroso, técnico y emocional.



Para el **pez limón**, Kevin recurrió a su paleta mestiza: marinado en miso y mirin, con cocción a la brasa y una salsa reducida con profundidad. Lo acompañó con un puré de batata con jengibre, perfectamente integrado al relato de su origen,

y un tartar de mango y pepino que equilibraba frescor y acidez. Cocina honesta, pensada y de autor.

El premio a la constancia

“Este premio es una oda al esfuerzo. Es la prueba de que si se trabaja, se logra”, declaró emocionado Kevin tras recoger su reconocimiento. Con tan solo siete años de carrera en cocinas profesionales, este cocinero majorero ha demostrado que el talento necesita voluntad para brillar, y que los tropiezos también forman parte del camino cuando uno no renuncia a su objetivo.







El triunfo no solo le otorga el título de Mejor Cocinero de Cantabria, sino que le abre las puertas al **Concurso Nacional de Cocineros FACYRE**, una de las plataformas más influyentes

del país para talentos emergentes. Allí competirá representando a Cantabria, pero con su alma anclada en las raíces volcánicas de Canarias.

Raíces majoreras, talento nacional

Nacido en **Fuerteventura**, Kevin Díaz ha sabido conectar su herencia insular con los productos y técnicas del norte peninsular. Dio sus primeros pasos en **El Baruco de Anero** y hoy lidera los fogones de **Casa Lucita**, restaurante que en poco tiempo se ha ganado un hueco en la escena gastronómica cántabra gracias a su propuesta contemporánea y su tratamiento respetuoso del producto.

Su currículum comienza a escribir una narrativa sólida. Ha sido finalista en concursos nacionales y su nombre se ha vinculado a galardones como el **Mejor Bocadillo de Queso de España** en el III Foro Internacional del Queso de Gran Canaria o el VIII Concurso de Cocina Popular “**Ensaladilla Canaria y Productos de Lanzarote**”. Sí, Kevin no olvida su origen: su cocina se construye con memoria gustativa y vocación de cruce cultural.

Proyección y responsabilidad

Ganar un certamen como el “Nacho Basurto” en su décima edición –en una tierra donde la cocina tiene nombre y apellido– no es asunto menor. Supone entrar en una conversación nacional, medirse con otros talentos y convertirse en embajador de una región que hoy encuentra en Kevin un portavoz joven, inquieto y con las ideas claras.

El próximo paso será el escenario nacional. Y allí, con la chaquetilla cántabra y el alma majorera, Kevin Díaz se medirá con lo mejor de cada comunidad autónoma. No será una novedad para él –ya ha pasado por otros concursos– pero esta vez lo hará desde una posición de liderazgo.

¿El futuro? Ya está en marcha

Kevin Díaz representa una generación de cocineros que no teme salir de su tierra, que entiende que las raíces no se pierden por cambiar de código postal, y que la verdadera identidad gastronómica se defiende desde el oficio, el conocimiento y la curiosidad.

La suya es una historia que merece ser contada y seguida de cerca. Porque cuando la pasión se sirve en el plato con técnica y emoción, el resultado es inevitablemente sabroso. Y si el camino lo acompaña, puede que estemos ante uno de los grandes nombres de la cocina española en los próximos años.

Contratos de 6 horas, jornadas de 14: la cocina de la explotación en la hostelería

En la trastienda de muchas cocinas que parecen brillar en **Instagram**, hay realidades que no caben en una foto. Jornadas interminables, sueldos que no reflejan ni la mitad del esfuerzo, contratos que en el papel dicen seis horas, pero en la práctica suman catorce y hasta más. Esta es la otra cara de la gastronomía que nadie quiere contar, pero que **una mayoría en el sector conoce demasiado bien**.

No se trata de un caso aislado. Es una práctica extendida, normalizada, incluso justificada bajo el manto de frases como “esto siempre ha sido así”, “el que quiere trabajar en esto, lo acepta” o “cuando yo empecé, trabajaba gratis”. Una [especie](#)

de herencia cultural mal entendida que convierte la pasión por la cocina en una excusa para precarizar.

Cuando la pasión se vuelve coacción

Es frecuente escuchar a empresarios del sector justificar estos abusos con una mezcla de romanticismo y necesidad: que si el negocio no da, que si el personal no quiere aprender, que si es temporal... Pero lo cierto es que **la línea entre pasión y chantaje laboral se ha borrado peligrosamente**. Muchos cocineros y camareros -especialmente los más jóvenes y los extranjeros- aceptan condiciones indignas por miedo a quedarse fuera, por desconocimiento de sus derechos o, simplemente, porque necesitan el dinero.



Basta con conversar en confianza con personal de sala o de cocina para que aparezcan historias repetidas: firmar contratos por media jornada y cubrir dobles turnos, jornadas partidas sin compensación, festivos no pagados, o sueldos “**en B**” que desaparecen si hay inspección.

El silencio cómplice

Lo más alarmante no es que esto ocurra. Es que **todos lo saben y nadie hace nada**. Inspecciones laborales que apenas llegan, sindicatos que no pisan las cocinas, asociaciones empresariales que prefieren mirar hacia otro lado. La hostelería se ha convertido en un limbo donde los derechos laborales son flexibles... pero siempre en una sola dirección.



Y mientras tanto, en **redes sociales** proliferan las historias de éxito, los chefs estrella, las inauguraciones con alfombra roja y las cenas maridadas. Pero ¿cuántos de esos menús fueron servidos por camareros que no han dormido en dos días? ¿cuántas de esas fotos esconden a un cocinero explotado que

entra a las 9 de la mañana y sale a la 1 de la madrugada por un salario que no cubre ni el alquiler?

Los extranjeros, el eslabón más débil

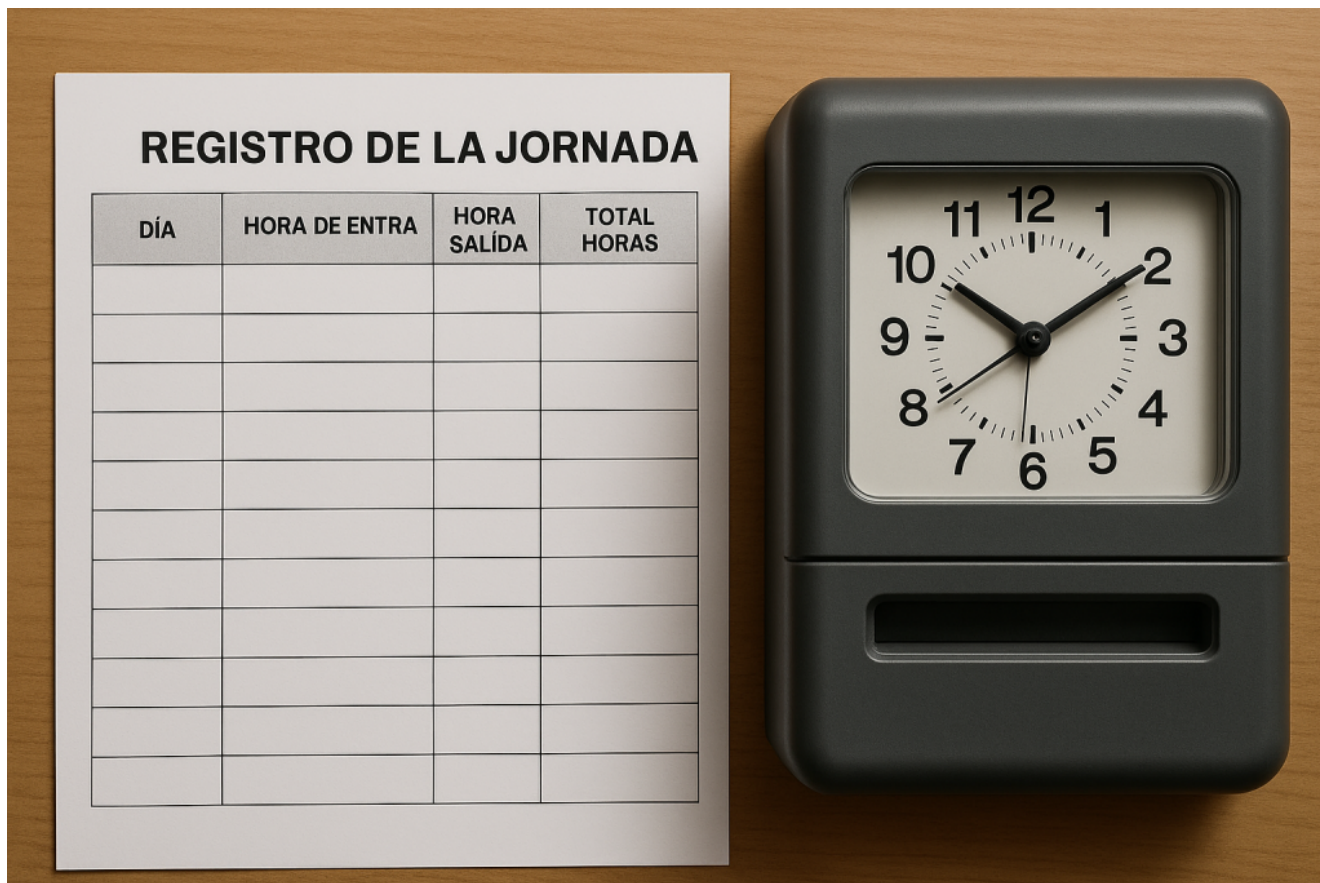
Aunque esta mala praxis afecta a trabajadores de todas las nacionalidades, los extranjeros -algunos sin papeles o en proceso de regularización- son los más vulnerables. Se convierten en presa fácil para empleadores sin escrúpulos que, sabiendo que no pueden denunciar, los cargan de horas, tareas y responsabilidades sin respetar lo firmado. Se trata, sin más, de una forma de extorsión disfrazada de oportunidad.

El sueño de progresar en un nuevo país se convierte en pesadilla. Hay cocineros que duermen en los mismos locales donde trabajan, ayudantes de cocina que no tienen ni seguro y camareras que no pueden decir “no” por temor a ser reemplazadas de inmediato. Todo con la mirada indiferente de una sociedad que, mientras tanto, celebra los éxitos del sector turístico como si no tuvieran coste humano.

La impunidad tiene nombre: silencio y falta de control

Lo más preocupante no es solo que este tipo de abusos se repita con frecuencia, sino que **casi nunca tiene consecuencias legales reales**. Y eso, a pesar de que el marco jurídico español **contempla sanciones claras** para este tipo de irregularidades laborales.

Según el **Estatuto de los Trabajadores**, *las jornadas máximas no pueden superar las 40 horas semanales de promedio anual*, y cualquier hora extra debe ser voluntaria, compensada o pagada. Además, desde 2019, todas las empresas tienen la *obligación legal de registrar la jornada diaria* de sus empleados. No es opcional. Es ley.



Cuando un empleador contrata a una persona por 6 horas pero exige 12 o más sin pagar ni registrar ese exceso, **comete una infracción grave o muy grave**. Así lo establece la **Ley sobre Infracciones y Sanciones en el Orden Social (LISOS)**. Las sanciones oscilan entre los **1.000 y más de 225.000 euros**, dependiendo de la gravedad, la reiteración del fraude y el número de trabajadores afectados.

Sin embargo, en la práctica, la realidad es otra: **las inspecciones de trabajo son escasas, las denuncias mínimas y el miedo máximo**. Muchos empleados no se atreven a hablar. Temen perder el trabajo o, peor aún, ser expulsados si su situación migratoria no está en regla.

¿Qué puede hacer una persona que sufre esta situación?

Aunque parezca difícil, hay mecanismos para actuar:

1. Denuncia anónima:

A través del buzón de lucha contra el fraude del **Ministerio de Trabajo**, cualquier persona puede **denunciar de forma anónima** prácticas abusivas o ilegales. Basta con acceder a:



https://www.mites.gob.es/itss/web/Atencion_al_Ciudadano/COLABORA_CON_ITSS.html

2. Registrar pruebas:

Es importante **guardar mensajes, horarios, fotos de turnos, conversaciones o cualquier elemento** que evidencie el abuso. Esto será útil en caso de denuncia formal o reclamación ante la **Inspección de Trabajo**.

3. Buscar apoyo sindical o legal:

Existen sindicatos, **ONGs** y abogados laboristas que pueden **asesorar gratuitamente** en estos casos. Algunos colectivos incluso ayudan a regularizar la situación laboral de extranjeros en contexto de explotación.

4. Exigir el registro de jornada:

Todo trabajador tiene derecho a solicitar el registro de su horario diario. Si el empleador se niega, es una señal clara de incumplimiento.

¿Hasta cuándo?

La gastronomía debe dejar de romantizar el sufrimiento. Trabajar con pasión no debe significar regalar la vida ni aceptar la explotación como parte del aprendizaje. Ser parte de un restaurante, por más pequeño o grande que sea, no debería implicar sacrificar la salud mental, el descanso, ni el derecho a una vida digna fuera del trabajo.