

Sorondongo: Un viaje gastronómico que enamora los sentidos en Las Palmas de Gran Canaria

[Sorondongo](#) es el emocionante proyecto gastronómico del Chef **Richard Díaz** que ha llegado a [Las Palmas de Gran Canaria](#) pisando fuerte. Su nombre hace referencia a una de las danzas tradicionales más representativas del folclore popular de la isla y ha alcanzado su privilegiada posición al apostar por una reinterpretación de las recetas tradicionales, llevándolas a un nuevo nivel.

Su enfoque culinario se caracteriza por rescatar y revitalizar el recetario canario, añadiéndole toques creativos y personales que presta especial atención al concepto de estacionalidad.

En el competitivo mundo de la industria hostelera, destacar y recibir el reconocimiento de los comensales no es tarea fácil. Requiere un desempeño excepcional y un talento innegable. Sin embargo, cuando logras cosechar elogios y obtener la recomendación de la prestigiosa [guía Michelin](#) en tan solo unos meses desde tu apertura, es evidente que estás en presencia de un restaurante excepcional.

El lugar donde el talento culinario, la tradición y la creatividad convergen en armonía



Es un logro ser reconocido por la [guía Michelin](#), pero cuando se combina con una propuesta gastronómica cargada de pasión y compromiso, el nombre de [Sorondongo](#) se convierte en sinónimo de calidad y talento. Es ese lugar donde el talento se fusiona con una actualización magistral del recetario tradicional.

Si estás en busca de una experiencia culinaria auténtica y creativa en **Las Palmas de Gran Canaria**, **Sorondongo** es el lugar perfecto para deleitarte con los sabores tradicionales de la cocina canaria bajo una perspectiva moderna.

Al adentrarte en **Sorondongo**, serás recibido con un cautivador cóctel de bienvenida que encapsula la esencia de la hospitalidad y la calidez propias de nuestras islas.

Este cóctel, inspirado en el tradicional “**cortadito**” que se ofrece al llegar a un hogar canario, te sorprenderá y te invitará a sumergirte en una experiencia llena de sorpresas. En este pequeño restaurante al que te recomendamos ir con reserva, cada detalle está cuidadosamente elaborado para desafiar tus expectativas y despertar tu curiosidad.

El ambiente del local te envuelve en una atmósfera sencilla y acogedora, donde encontrarás desde exquisitas copas de cristal hasta una amplia selección de [vinos canarios](#). Cada elemento refleja la pasión por la calidad y el amor por los productos locales. Incluso el pan que se sirve en Sorondongo es horneado por productores de la región, demostrando un compromiso con los sabores auténticos y la comunidad.

Reinvención de los sabores canarios en un festín culinario







Con un joven chef al frente, la cocina de esta “**casa de comidas actualizada**”, como les gusta definirse desde dentro, en **Sorondongo**, tendrás la oportunidad de saborear la esencia de la cocina canaria, donde los ingredientes tradicionales y humildes se transforman en creaciones innovadoras. Acompañado por una cuidada selección de vinos, podrás explorar una variedad de referencias locales y descubrir nuevos sabores que realzan la experiencia culinaria.

*La propuesta de **Sorondongo** se puede descubrir en dos menús degustación: Santa Ana (45,00 €) y Vegueta (55,00 €). Estos menús te permitirán explorar una amplia variedad de sabores y platos tradicionales, aunque también disponen de una carta más pequeña, ideal para saborearla a tu gusto.*

De sus propuestas en el menú degustación, destacan las ‘**Carajacas**’, uno de los platos tradicionales más míticos de la cultura gastronómica canaria. Sorprende el enfoque hiperdetallado e innovador de la **cebolla glaseada**, crema de almendras, reducción de cebolla asada, salsa de leche y polvo

de cebolla. Es un desfile de sabores arraigados en la naturaleza, pero contruidos con una técnica progresiva, diseñado no solo para complacer a la vista, sino también para desafiar la mente, muy al estilo de la nueva cocina nórdica.

Sabrosos los **tomates aliñados a su manera**. Buena ejecución de técnica y sabor en un **arroz meloso** con coliflor, queso flor y mojo de berros. Un buen cierre a base de **cabrito y gofio** que personifica la apuesta de **Richard** por los productos locales.

No puedes concluir tu visita sin probar uno de sus platos imprescindibles: **la torrija**, elaborada con brioche "**Paneri**" infusionado con gofio, acompañado de un helado de **Mascarpone** y café. La combinación de sabores y texturas en esta torrija es simplemente irresistible. Cada bocado te transportará a un mundo de placer gastronómico, donde la dulzura del brioche se equilibra con la sutileza del gofio y la cremosidad del helado de **Mascarpone**. El toque final lo aporta el aroma y el sabor del café, que realza aún más esta creación única.

Una joya gastronómica que enriquece Las Palmas de Gran Canaria







Lo que no cabe duda es que **Sorondongo** es una casa que en poco tiempo está ejecutando una propuesta honesta, interesante y muy llena de guiños canarios en cada plato, buscando ingredientes y sabores reconocidos por todos, pero transitándolos por un punto de vista diferente.

La experiencia en la sala de **Sorondongo**, es otro elemento destacado que contribuye al éxito del restaurante. Un equipo joven, lleno de entusiasmo y dedicación, te guiarán de manera excepcional, brindándote una experiencia culinaria única. Su atención meticulosa y conocimiento profundo crean un ambiente acogedor y agradable en el establecimiento.

Al finalizar tu visita a **Sorondongo**, te darás cuenta de que has disfrutado de una auténtica joya gastronómica que enriquece aún más la zona de **Vegueta**. Este restaurante 'suma' a la excelente oferta culinaria de **Las Palmas de Gran Canaria**, consolidando su reputación como la verdadera capital gastronómica de **Canarias**. En cada ocasión, este lugar demuestra que su propuesta es una valiosa contribución a la escena gastronómica de la ciudad.

Richard Díaz Aguilar: El talento tras Sorondongo



En la vanguardia de los sabores se encuentra **Richard Díaz Aguilar**, un talentoso chef formado en el **Hotel Escuela Santa**

Brígida en **Gran Canaria** y en la prestigiosa facultad de ciencias gastronómicas **Basque Culinary Center** en el **País Vasco**. Su pasión por la cocina lo llevó a aprender de algunos de los mejores chefs de **Gran Canaria** y el **País Vasco**, quienes marcaron su camino en el mundo culinario.

A pesar de su corta trayectoria, **Richard** ha acumulado varios logros destacados. Fue reconocido como “**Joven Promesa de la Gastronomía Gran Canaria 2019**”, ganador del **Concurso Regional de Cocina Gran Canaria Me Gusta 2021** y obtuvo el título de “**Mejor Cocinero de Canarias 2022 Gastrocanarias**”.

A finales de 2022, Richard tomó la valiente decisión de dar vida a su hermoso proyecto culinario, que finalmente vio la luz en enero de 2023. Él es la cara visible de un equipo excepcional en **Sorondongo**, conformado por numerosas personas que han hecho posible esta realidad gastronómica.

Con su talento y visión culinaria, **Richard** lidera un equipo comprometido en ofrecer una experiencia única en **Sorondongo**, donde la innovación, la calidad y la pasión se fusionan en cada plato. Su liderazgo y dedicación son clave para el éxito de este hermoso proyecto gastronómico.

¿Dónde? C. Armas, 15. Las Palmas de Gran Canaria, Las Palmas

Menú: sorondongorestaurante.com

Reservas: 928 28 51 93

Del Chiringuito a la Terraza de playa

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

A punto de comenzar la época estival, toca hacer una reflexión acerca de los compañeros gastronómicos en nuestras playas: los Chiringuitos.

Playa, estos pequeños establecimientos, de **edificación** más o menos provisional, nos suministran de bebida frías y alimentos (normalmente pescado fresco, o deberían) a unos elevados precios de venta, **justificados** por la **idónea** localización.



A pesar de que consiguen grandes beneficios en un corto espacio de tiempo, su estética muchas veces no se cuida todo lo que debería. Principalmente existen tres tipologías:

El “contenedor” metálico

Prefabricado y sin ningún valor estético, donde su imagen nos incita a creer que su cocina no será todo lo limpia que nos gustaría y su comida se basará en fritangas bañadas en aceite.

Estos *containers* -más propios del almacenaje de mercancías que de deleitar los sentidos de los comensales- bajo el sol del [verano](#) se convierten en verdaderos hornos que nos van cocinando a fuego lento al tiempo que intentamos averiguar qué clase de pescado es el que nada en el aceite de nuestro plato.

Este tipo de construcciones de **playa** corren el riesgo de ser confundidas con otros usos completamente opuestos al propio, como pueden ser los de aseos o vestuarios, ya que su estética parece más relacionada con los mismos.

El kiosco temático de playa

Intenta trasladarnos a una isla desierta -con poco éxito- basado en simular una construcción aborígen, normalmente propia de otra cultura y longitud (Caribe y alrededores), que parece sacada de una tienda de *souvenirs*.

Estas construcciones -que en un primer momento pueden resultar amables a la vista- suelen funcionar bien cuando se destinan únicamente a la venta de bebidas pero suelen dar muchos

problemas si además sirven comida.

Su [diseño](#) está más preocupado en recrear el “engaño” que en ser funcionales para el lugar donde se encuentran y el uso al que están destinadas.



Los chiringuitos “de diseño”

Son aquellos que tienen detrás un trabajo de diseño por parte de profesionales, donde además de buscarse una estética elegante, prima en su concepción la funcionalidad y cuidar todos los aspectos necesarios.

Primero para que la preparación de los alimentos se realice con las mayores garantías y segundo que los comensales puedan disfrutar de la

misma en las condiciones más adecuadas, sin perder el contacto con su entorno: la playa.

El concepto fundamental de estos espacios es introducir todas las premisas que tenemos en cuenta cuando diseñamos un restaurante urbano, pero haciéndonos sentir que estamos en plena playa, por lo que deben conjugar los preceptos que explicamos en el número anterior.

La permeabilidad visual (transparencia) para que podamos conjugar el disfrute de los alimentos que estamos degustando con el paisaje marino, de donde provienen (entendiendo que la carta de estos locales se basan en pescado fresco como ya he comentado).



Del Chiringuito a la Terraza de playa

Por último, un efecto pernicioso que pueden sufrir cualquiera

de los tres tipos expuesto es el crecimiento descontrolado.

“Morir de éxito” toma toda su expresión, cuando uno de estos locales aumenta el volumen de público por encima de sus expectativas e intenta acapararlo a toda costa a través de una ampliación (o varias consecutivas) que se realizan de forma casi improvisada y a toda prisa, donde la única consideración es poder acomodar a más comensales a toda costa.

Aove, único y muy español

Los aceites de oliva virgen extra son muy importantes para la alimentación. Es el único aceite que está obtenido naturalmente, es decir que no está rectificado ni desnaturalizado ni refinado, como el resto de los aceites de mesa.

Es además el complemento ideal para aliñar muchos alimentos e igualmente para cocinarlos.

Por Ángel Marqués Ávila. Periodista gastronómico

Aceites de oliva virgen extra

Aceites de oliva virgen extra, para hablar sobre ellos nos ponemos en contacto con el **Doctor Amérigo**, que fue quien

introdujo el **Oleocanthal en España en 2013**, y lleva cuatro años trabajando sobre conceptos como grasas insaturadas y saturadas, y fenoles como el Oleocanthal en beneficio de la Salud de los ciudadanos, quien nos declara que " para empezar, debemos decir que solo existe un Aceite de Oliva que es el que le interesa al consumidor.

Se trata del Aceite de Oliva Virgen Extra. En otro tipo de aceites de oliva o son de muy mala calidad como los aceites de oliva virgen, que tienen muchos defectos como el sabor atrojado, el sabor metálico, el sabor rancio, el sabor a moho etc, o los aceites lampantes que está prohibido su uso humano.



Lo que pasa es que tradicionalmente los diferentes **Ministerios de Agricultura** siguen engañando, incluso en su publicidad cuando anuncian a un actor vendiendo aceite de oliva y haciendo creer que esos aceites son saludables.

Y eso es falso. Es más, es perjudicial para el consumidor si

se entera que se llame aceite de oliva a aceites rancios, metálicos o atrojados.

El Ministerio de Agricultura lo hace a propósito. Quieren confundir al consumidor a ver si cuele algún aceite de oliva virgen, que insistimos organolépticamente son malos.

El insiste que “la Salud es lo que Importa” y añade que nuestro interés es elevar el nivel cuanto más se pueda para que los productores de Aove se sientan orgullosos de la labor que están realizando. Es decir, estamos poniendo énfasis, en que la Salud es lo más importante en un [Aove](#). Fundamentalmente de cara al consumidor.

Los Productores ya van entendiendo que plantar olivos no solo significa una” commodity” como plantar otros aceites de soja o girasol, palma, coco etc.

Son los únicos que están contribuyendo a agrandar un producto con enormes características beneficiosas para la Salud. Y que, de hecho, son sin duda la base de la Dieta Mediterránea como ya se ha demostrado cantidad de veces desde el punto de vista científico.



“La Salud es lo que Importa” y añade que nuestro interés es elevar el nivel cuanto más se pueda para que los productores de Aove se sientan orgullosos de la labor que están realizando.

Desgraciadamente utilizar un aceite u otro se sabe a lo largo de consumo de los años, cuando el paciente se da cuenta de que le han engañado utilizando esos aceites malos en lugar de Aceites de Oliva Virgen Extra.

Y nos sugiere que “no solamente porque los Aoves son los únicos que contienen cantidades de grasas saturadas muy bajas y de grasas insaturadas muy altas, sino porque además les diferencia porque son los únicos que tienen fenoles.

Y esos fenoles fundamentalmente son

los que contienen Oleocanthal, Oleaceína, Oleuropeína, Tirosol e Hidrotirosol. “Esos son los 5 jinetes del Apocalipsis”.

Los Aoves se deben de consumir no solo en crudo que dan un carácter organoléptico estupendo, sino que además está bien demostrado, que cocinar, es decir freír, asar, hervir, en una palabra, calentar los Aoves, es verdad que pierden un 50% de sus propiedades, pero siguen siendo muchísimo mejores cuando hablamos de cuidar el aparato digestivo de los consumidores o de los ciudadanos.



Aceites de oliva virgen extra

La bibliografía científica habla solo de Aoves cuando se

refieren a sus condiciones Saludables. Por eso hacemos mucho hincapié en que el consumidor no se deje engañar.

Cuando vaya al supermercado o una tienda, solicite Aoves como garantía de Salud. Lo demás “es un cuento chino”. Lo que pasa es que las presiones políticas, tanto en Europa como en Estados Unidos hacen parecer que sea lo mismo.

Y es un craso error de concepto que desgraciadamente se paga en el tiempo.

Consumir y cocinar con aceites malos, más tarde o más temprano, nuestro aparato digestivo lo paga. Y también nuestra esperanza de vida.

Que por cierto es una de las más altas del mundo, en parte gracias a la alimentación y al consumo de régimen basados en la Dieta Mediterránea.

Es decir, un 50% basado en verduras, hortalizas, legumbres, cereales y del otro 50%, 30% huevos y derivados, 30% pescados, 30% carnes magras y 10% carnes rojas y otros. Y todo ello aderezado o cocinado con **aceites de oliva virgen extra**. Bajo en sodio y bajo

Aceites de oliva virgen extra sello de identidad en la cocina española

La cocina española puede presumir de una alta creatividad elaborando diferentes platos con un toque único y especial, pero como comentan muchos cocineros “ tenemos la suerte de que sea el aceite de oliva el que acompañe, en gran medida, los platos de nuestra cocina mediterránea”.



Los aceites de oliva virgen extra son mantecosidad. Chef Borja Marrero Restaurante Muxgo

Borja Marrero con una cocina de territorio cuya filosofía se basa en el producto de kilómetro 0 y proveedores locales, nos dice que “Los platos del Restaurante Muxgo no se inician en la cocina sino en nuestra propia finca Borja Marrero de carácter ecológico y sostenible”.

Y nos apunta que para él el Aceite de Oliva Extra es mantecosidad, y que es básico en nuestra gastronomía como país. Me parece que no se trata de actualizar si no de ir dando paso a nuestros productos que hacen que la experiencia final sea mejor.

Con más de 270 variedades tan solamente en España, lo importante nos comenta Marrero es dar esa identidad tan importante a cada

plato, con la aportación de sedosidad y aromática que da el AOVE.

Para Rafa de Bedoya, jefe de cocina en el restaurante Aleia de Barcelona con una estrella Michelin, “el aceite de oliva virgen extra es un ingrediente indispensable en nuestra despensa que nos aporta muchísima versatilidad para diferentes elaboraciones.

Cada uno de los aceites de oliva virgen extra nos aporta diferentes matices que tenemos que saber identificar para utilizar en una elaboración u otra, sería interesante dar a conocer los diferentes usos que podemos darle a cada tipo de aceite.



Chef Rafa de Bedoya restaurante Aleia Barcelona

Creo que el AOVE es una seña de identidad de nuestro país, gastronomía y cultura. Debemos de conocer más este producto y

profundizar sobre las diferenciaciones de cada tipo de aceite.

Tenemos que ser embajadores de nuestra tierra y empezando por conocer para poder dar valor a los productos de nuestra tierra.

El italiano pero que lleva muchos años en nuestro país, Paolo Casagrande, pieza clave del restaurante Lasarte, buque insignia de Martín Berasategui en Barcelona.

Con tres estrellas Michelin, es de la opinión de que " el aceite de oliva extra es un ingrediente que a diferencia de muchos otros es versátil y se puede utilizar tanto en preparaciones dulces como saladas. Va bien con carnes, pescados y verduras.



Los chefs Paolo Casagrande y Martín Berasategui

Por lo tanto, es un ingrediente imprescindible en mi cocina, versátil, y que da ese toque que caracteriza mis platos.

Pienso que España nunca ha dejado de actualizar los platos del

día a día con los buenos aceites de oliva extra virgen que se encuentra en su territorio y que cada zona refleja en los platos la característica de su propio aceite de oliva extra, hay siempre que respetar las tradiciones e interpretarla en clave moderna.

Ahora hay una generación que, gracias a lo que dejaron los anteriores cocineros, tratan las materias prima con mucho respeto y saben utilizar cada aceite adecuadamente con las características de la propuesta culinaria presentada al comensal.

Victoria Maseda de Masseda Catering, opina que el Aceite de Oliva Virgen Extra, es un gran aliado en la cocina, creo que junto con la sal es el único ingrediente que puede engrandecer un plato o estropearlo, según el uso que le des.

Y añade que cada día sabemos más acerca de los alimentos y están haciendo un buen trabajo en la comunicación de las ventajas que tiene el AOVE, y que es importante saber utilizar todo lo que tenemos a alcance de la mano y desde luego que la variedad de AOVES son un gran recurso en la cocina.



La chef Victoria Maseda

En España tenemos la suerte de vivir y cocinar en el país más rico del mundo como dice el lema de alimentos de [España](#), es maravilloso poder disfrutar de esas 270 variedades tan diferentes entre ellas.

El AOVE más premiado es de la DOP Priego de Córdoba y su picudo es excepcional, pero desde luego que tenemos grandes AOVES en Jaén, en la zona de Extremadura e incluso en mi querida tierra gallega.

Para esta chef muy vinculada a este producto, los aceites de oliva virgen extra buenos, son aquellos que potencian el sabor del plato sin quitarle protagonismo al producto.

Como chef defensora de nuestro AOVE que hace “showcooking” con él como protagonismo, diría que en España, a pesar de estar haciendo un gran trabajo, de tener los mejores chef del mundo, nos queda mucho por andar, por ejemplo, cuando viajas al [extranjero](#) siempre puedes encontrar un restaurante italiano o uno chino, y ¿nuestra cocina?

Poco a poco gracias a grandes chefs estamos conquistando el mundo, pero es una carrera de fondo, esperemos llegar triunfantes a la meta.

**Concurso España Selección
“Testamento” Medalla Gran Oro
con 95 puntos**

Pedro Rodríguez Pérez, enólogo y canario ha dejado una marca indeleble en la industria vinícola de las islas al

obtener el máximo galardón Medalla Gran Oro con 95 puntos en el Concurso España Selección con su vino “Testamento”.

Entrevista realizada con la colaboración de Manuel Rodríguez Jiménez DO Abona

El éxito en España Selección refleja la pasión, la dedicación y el compromiso con la **excelencia enológica**. Este logro no solo enaltece a Pedro Rodríguez Pérez y a la bodega **Cumbres de Abona**, sino también a la región vitivinícola de **Canarias**, de Tenerife y de toda España.



Este logro en España Selección no solo enaltece a Pedro Rodríguez Pérez y a la bodega Cumbres de Abona, sino también a la región vitivinícola de Canarias, de Tenerife y de toda España.

El vino “Testamento”, elaborado en la bodega Cumbres de Abona,

es un testimonio de la pasión y la dedicación del enólogo por crear vinos excepcionales. Con una cuidadosa selección de uvas y una meticulosa vinificación, este [vino](#) representa la esencia de la región vitivinícola de Tenerife y refleja la riqueza de su terroir."Testamento" destaca por su elegancia, equilibrio y complejidad, capturando la personalidad única de los vinos canarios.



"Testamento" Medalla Gran Oro 95 puntos en Concurso España Selección

El concurso "España Selección" es una plataforma que reúne a productores, bodegas y expertos del mundo del vino para

celebrar y reconocer la calidad y la excelencia enológica de España.

Cada año, los [participantes](#) presentan sus mejores vinos en diferentes categorías. El concurso se ha convertido en un referente para descubrir los vinos más destacados del país.

En esta entrevista, les descubrimos el éxito de Pedro Rodríguez Pérez y su contribución a la excelencia vinícola en Canarias.

La Entrevista

Canariasgourmet! – ¿Cómo te sientes al ser uno de los enólogos galardonados en el concurso España Selección?

Pedro Rodríguez Pérez. – Es el reconocimiento al trabajo de todo un año en el cual siempre tienes que reconocer y es que se te viene al pensamiento, todo ese equipo de compañeros que están atrás de la labor, el sacrificio que se ha hecho durante el año, en el que ya con la labor en el campo todos nos damos una idea del vino que vamos tener ese año.

Canariasgourmet! – ¿Qué significa para ti haber elaborado el vino Testamento y recibir una puntuación de 95 puntos?

Pedro Rodríguez Pérez. – Toda una sorpresa haber logrado una puntuación tan alta y sobre todo al nombrarte en el reconocimiento a los enólogos, ir a la entrega de premios y ver la envergadura del concurso, la emoción de poder compartir con todos los demás participantes que, además todos excelentes profesionales.

Que se haga la selección de tan solo 5 vinos entre una gran

cantidad de vinos de diferentes regiones y, ahora imagínate que uno de esos sea de Canarias y elaborado por nuestra bodega es realmente para sorprenderse... ¿no te parece?



“Testamento” Medalla Gran Oro 95 puntos en Concurso España Selección

Canariasgourmet! – Ahora el Testamento es un vino que siempre apuesta a ganador por sus características, por sus variedades y su forma de elaborarse. ¿Qué crees que distingue a tu vino Testamento de otros vinos en el mercado?

Pedro Rodríguez Pérez. – Es un vino diferente desde su primer momento, es una variedad diferente y te lo digo para mi es la mejor opción de blanco en el mercado y es un vino que una vez que lo pruebas, no para de decirte cosas, es el reflejo de la uva y además su pase por barricas con trabajo sobre lías

durante 4 meses.

El resultado es un vino muy denso, estructurado y que sabes que tiene “guarda” que para el año que viene va estar muy bueno o excelente.

Canariasgourmet! – Cualquier otro enólogo en su forma de trabajar este vino lo trabajaría mucho más tradicionalmente y sin embargo tú has sabido exprimir en este vino la esencia de la variedad, además con un trabajo de guarda de sobre lías y demás... ¿Cuál fue tu inspiración y enfoque al crear el vino Testamento?

Pedro Rodríguez Pérez. – Al ser una variedad de grano pequeño, muy aromática, una variedad terpénica por lo que la ponemos en barrica para que haya una pequeña micro asignación de trabajar las lías en un volumen de 225 lt la barrica para que este en mejor contacto la lía con el vino.

Esto intentando buscar un vino que mantenga las características de la variedad y sobre todo que sea un vino de guarda, que tenga duración de vida, la lía más la proteína le da complejidad.



En estos momentos lo que está de moda son los vinos de guarda y sobre todo que mantenga toda su complejidad en el tiempo.

No buscamos que la barrica se coma al vino, sino que el vino prevalezca sobre la barrica.

Canariasgourmet! – Tiene muy buen equilibrio entre lo que es la barrica y la variedad, por lo tanto, está muy bien logrado lo que fue muy valorado por los expertos de este concurso, ahora, ¿Podrías compartir algunos aspectos destacados del proceso de elaboración de este vino en particular?

Pedro Rodríguez Pérez. – Lo más importante es a la hora de la vendimia, que en la finca haya equilibrio entre vegetación y producción, es básico para que tenga los compuestos analíticos

correctos, una vez que llega a la bodega de macera en frío, se hace una crio maceración durante seis horas para extraerle los compuestos aromáticos que vayan al mosto y ya de una vez se fermenta en barrica donde le controlamos la temperatura y luego lo dejamos con sus propias lías durante cuatro meses haciendo batonnage de una a dos veces a la semana.

Lo catamos durante todas las semanas y cuando vemos que tiene el equilibrio correcto entre la boca y la nariz, que no pierda la fase olfativa es cuando lo mantenemos.



Canariasgourmet! – ¿Qué papel desempeñaron los viticultores y el equipo humano de la bodega en el éxito de este vino?

Pedro Rodríguez Pérez. – Eso está clarísimo, si no hay viticultores y si no se les apoya y se está con ellos, no hay enología, no hay bodega, eso es lo más importante razón por la

que siempre los nombro, que son los sacrificados de este sector.

Así mismo hay que decir el papel tan importante que juega todo el equipo humano que hay en la bodega, administración, bodegueros y es que hay que tener buen equipo, la vendimia es muy dura son dos meses intensos por lo que la armonía entre todo el equipo es fundamental.

Somos amigos compartiendo ideas entre todos sin distinción desde el que sabe más hasta el que sabe menos y así llegamos a conclusiones en equipo.

Canariasgourmet! – ¿Cómo ha sido el apoyo de tu familia en tu carrera como enólogo y en la creación del vino Testamento?

Pedro Rodríguez Pérez. – La familia siempre es lo más importante para mí mi mujer, mis hijas ellas están pendientes de cómo va la cosecha, si hay uva o no hay uva en esos días en que uno llega tarde al hogar y ellas siempre están ahí para preguntar ¿cómo ha ido hoy?

Bueno y mi madre que ya no está entre nosotros, pero fue la que me animó a que fuera a estudiar enología a la península, que por un lado yo quería ir y por otro no quería ir por circunstancias, pero tengo que decirlo con mucho orgullo que gracias a ellas soy quien soy.



España Selección escoge tan solo 5 vinos entre una gran cantidad de vinos de diferentes regiones

Canariasgourmet! – Pedro, ¿tú procedes de familia de bodeguero o saliste de otro mundo y te dejaste cautivar por este maravilloso mundo del vino? Como nos pasa a muchos. ¿Qué te motivó a seguir tu pasión por la enología y convertirte en un experto en vinos?

Pedro Rodríguez Pérez. – Bueno la verdad que crecí ayudando a mi abuelo a hacer vino artesanal, desde pequeño íbamos a vendimiar siempre nos ponían detrás a recoger las uvas que se caían y el abuelo nos decía “dos bagos de uva en un vaso vino” eso nunca se me olvidará yo podía tener unos 3 o 5 años.

Eso sembró inquietudes en mi todo aquello me gustaba, me despertaba la curiosidad y fue en el momento en había que

salir a estudiar enología ya que estaba en auge y tengo que decirlo, que por ese lado tuve bastante suerte.

Canariasgourmet! – ¿Cuáles son tus planes o metas futuras en términos de creación y desarrollo de vinos? Te quedan muchas vendimias por delante así que suponemos que tenemos muchas más creaciones tuyas en desarrollos de vinos.

Pedro Rodríguez Pérez. – Evolucionar, aprender en el día a día por eso viajo y trato de relacionarme con gente que esté muy metida en el mundo del vino.

Yo no debo tener bodega ya que me gusta asesorarlas y llevar proyectos diferentes, razón por lo que tengo pensado hacer una finca vitivinícola formativa para dar charlas.

Creo que en Canarias y en todos los rincones donde estamos verde para hacer viticultura intentaré hacer este tipo de finca donde se pueda compartir conocimientos trayendo gente importante e interesante y que gracias a Dios tengo muchos amigos.

La intención es que la gente se vaya formando y la gente vaya plantando para que la viticultura florezca y obtener vinos de calidad.



España Selección

Canariasgourmet! – No cabe duda que son muchos los planes y mucho futuro que necesita esta viticultura nuestra a ver si rompemos de una vez ese divorcio que existe entre el sector productivo y el sector elaborador, está claro que en vinos tenemos muchas cosas que decir, muchas cosas ya están dichas, pero realmente todavía falta engranar con la viticultura para la obtención de grandes vinos.

Pedro muchísimas felicidades por tus

éxitos pasados y presentes además todos te deseamos mucha suerte en todos tus proyectos.

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.

Nos vamos de Day Pass: Sumérgete en un ‘sabroso’ oasis de piscinas y disfruta al máximo de tus días de primavera

¡El verano está a la vuelta de la esquina y es hora de disfrutar de un refrescante día en la piscina! Pero, ¿por qué esperar? En primavera, reservar un [Day Pass](#) en un hotel con piscina se ha convertido en uno de los planes más emocionantes. No solo te brinda la oportunidad de disfrutar del aire libre, sino que los day pass en hoteles ofrecen mucho más que una simple piscina. Estos lugares son auténticas joyas escondidas que te garantizan diversión, incluso cuando el calor aún no es suficiente para sumergirte por completo. Imagina piscinas en la azotea con vistas impresionantes, camas balinesas para relajarte, brunch incluido, cocteles refrescantes y una oferta gastronómica deliciosa. Estos hoteles tienen todo lo que necesitas para refrescarte y pasar un tiempo increíble. Entonces, prepárate, coge tu crema solar y tu bañador, porque las piscinas más hermosas te están esperando. No hay mejor manera de anticiparse al verano y disfrutar al máximo de los días soleados.

Hard Rock Hotel Tenerife: Un destino excepcional donde el lujo se encuentra con el espíritu del rock 'n' roll para un Day Pass perfecto







[Hard Rock Hotel Tenerife](#) es mucho más que un simple hotel de cinco estrellas. Ha dejado una huella permanente en Tenerife al ofrecer una experiencia única donde el lujo se mezcla con el espíritu vibrante del rock 'n' roll. Desde el momento en

que pisas sus instalaciones, te sumerges en un mundo de música, estilo y entretenimiento.

Con una decoración inspirada en la historia del rock, habitaciones elegantes y servicios de primera clase, este hotel se ha convertido en el destino favorito para aquellos que buscan unas vacaciones verdaderamente excepcionales. Desde las impresionantes vistas al océano Atlántico desde las piscinas en la azotea hasta la deliciosa oferta gastronómica, Hard Rock Hotel Tenerife ofrece una escapada vibrante y emocionante en Playa Paraíso.

Si estás buscando huir del calor, el DayPass de Hard Rock Hotel es perfecto para ti. Tiene un precio de €40 por persona, pero este pago se convierte en un crédito completo para que lo gastes en comida y bebida en los fantásticos restaurantes y bares del Lago Pool & Beach. Además, los niños menores de 2 años entran gratis. Sumérgete en la magia de Tenerife, disfruta de las impresionantes vistas al océano Atlántico y saborea de su gran variedad gastronómica.

Deluxe Day Pass en el H10 Rubicón Palace: Una experiencia exclusiva en Lanzarote por 50 euros





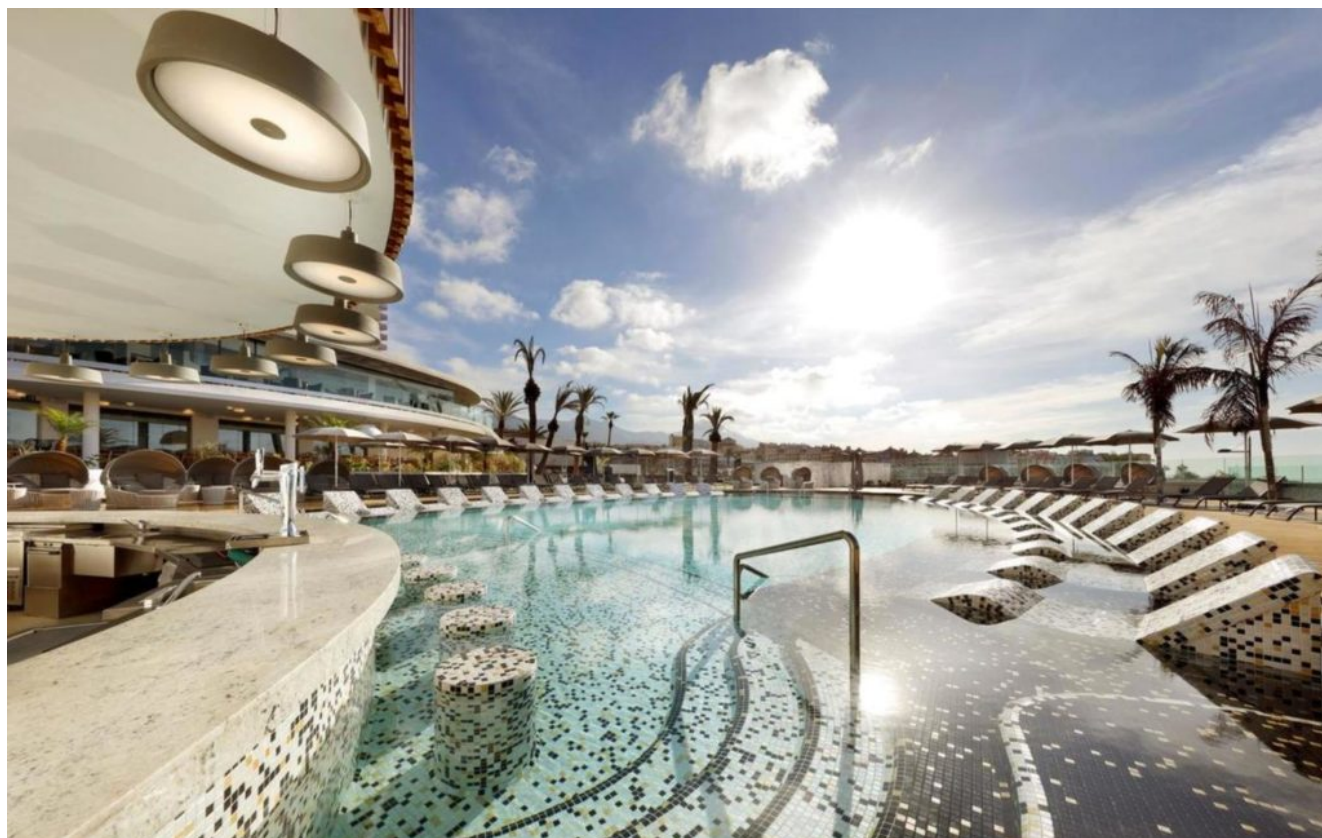


Situado en la hermosa Playa Blanca, el H10 Rubicón Palace es un emblemático resort de cinco estrellas que ha sido recientemente renovado con un interiorismo inspirado en la encantadora isla de Lanzarote.

Este hotel ofrece una experiencia excepcional con sus espectaculares piscinas y una amplia oferta gastronómica para deleitar todos los sentidos. Con el Deluxe Day Pass, podrás disfrutar de todo lo que este exclusivo hotel tiene para ofrecer.

Por tan solo 50 euros, tendrás acceso completo a la impresionante piscina con vistas al mar y disfrutarás de un servicio todo incluido para relajarte y refrescarte a tu gusto. Además, podrás saborear un delicioso almuerzo buffet en el restaurante Janubio, donde encontrarás una amplia variedad de opciones gastronómicas. El paquete incluye también acceso al solarium, snacks y bebidas ilimitadas según el menú de todo incluido en La Choza Pool Bar, toalla de piscina y conexión wifi para que puedas compartir tus momentos especiales.

Relax y deleite gastronómico en Salobre Hotel Resort & Serenity 5*: Disfruta de un día completo en la Piscina Wellness y cena buffet en Sens por solo 55 euros









Salobre Hotel Resort & Serenity 5* te brinda la oportunidad de combinar el placer culinario y el máximo relax en una experiencia que va más allá de simplemente comer y beber. Por tan solo 55 euros, podrás disfrutar de un día completo en la Piscina Wellness y una cena buffet en Sens, ubicado en el Patio Garden del hotel.

Este lugar es el punto de partida perfecto para comenzar y terminar tu día de la mejor manera posible. En Sens, podrás saborear productos naturales y frescos cuidadosamente seleccionados, todo ello en un ambiente decorado al detalle que crea una sensación de calidez y elegancia.

Pero eso no es todo. Salobre Hotel Resort & Serenity 5* es mucho más que un lugar para disfrutar de una buena comida y un ambiente relajado. Su arquitectura contemporánea y su decoración de colores cálidos se fusionan perfectamente con el paisaje canario, creando un entorno vacacional ideal para desconectar. Las terrazas escalonadas ofrecen vistas panorámicas y crean múltiples rincones y miradores, proporcionando espacios relajados para disfrutar. Además, las

camas balinesas ubicadas en lo alto de la montaña, con vistas al mar, te ofrecen el escenario perfecto para contemplar uno de los atardeceres más fotografiados de la isla.

La Palma & Teneguía Princess: ¡Un día inolvidable en el paraíso canario!





Está diseñado a imagen y semejanza de un verdadero pueblo canario, y asentado en un acantilado sobre el mar, en medio de plataneras. En su interior, este idílico hotel sobre el mar harán que te sientas como en un auténtico edén terrenal.

Su zona de piscinas y jardines tropicales, que puede considerarse verdaderamente espectacular: siete piscinas en total, entre ellas una para niños y una piscina con arena. Otro de los puntos fuertes de La Palma & Teneguía Princess es que se trata de un hotel con spa : el Aqua Princess consta de un circuito termal, varias saunas, hidromasajes y duchas de sensaciones, además de un equipo de profesionales que ofrece tratamientos de salud y belleza.

El hotel cuenta con tres restaurantes a la carta, dos de ellos con menú degustación y abiertos según demanda, y dos con bufé. En todos ellos, podrás disfrutar con cuidadas creaciones culinarias. World Day Pass es sin duda tu mejor opción para pasar tu día libre o día de vacaciones haciendo uso de sus instalaciones y servicios sin tener que pasar la noche. Vive tu experiencia DayPass en pareja, familia y amigos. Celebra con tu DayPass todo incluido una ocasión especial, aniversario, cumpleaños o un día con tus mejores amigas. Precio 55€.

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.