

Papas, costillas y piñas (I): El plato que nació del paisaje

Antes de ser receta, fue territorio. Antes de cocerse en una olla, se cocinó en el alma agrícola del norte de Tenerife.

La isla que se come a sí misma

En Tenerife, la cocina no se inventa: **brota del suelo**. Lo que el viajero ve como un plato humilde, los isleños lo reconocen como un **relato comestible de su historia**. *Papas, costillas y piñas* –o dicho con cariño local, [*papas con costillas y piña de millo*](#)– no nació de una receta escrita, sino de una manera de vivir: cultivar, guardar, compartir.



Basta con pronunciar el nombre para recorrer el paisaje. **Papas**, que aquí no son patatas sino identidad. **Piñas**, que no son tropicales, sino las mazorcas del **milllo**, ese maíz que cruzó el océano desde América. Y **costillas**, que huelen a cerdo

salado, a economías domésticas, a domingo de vendimia y familia larga en la mesa. El vocabulario ya es un mapa. Cada palabra guarda un viaje, y cada ingrediente, una memoria.

El idioma del territorio

El secreto del plato no está solo en el caldero, sino en **la lengua que lo nombra**. El término *papa* proviene del quechua y llegó al Archipiélago en pleno siglo XVI. Aquí encontró clima y alma, y nunca se fue. Canarias fue **uno de los primeros lugares del mundo donde se cultivó papa fuera de los Andes**, y aún conserva una colección genética única: *bonita, colorada, negra yema de huevo, azucena blanca, borralla...* nombres que saben a tierra y a resistencia.

La piña de millo, por su parte, cuenta otra historia: la del **maíz atlántico**, que vino de las Indias Occidentales y se quedó en las medianías del norte, donde los vientos alisios lo acunan y el sol lo dora despacio. El maíz se transformó en gofio, en potajes, en sustento para animales y en símbolo de una cultura que no desperdicia nada.



Y luego están las **costillas saladas**, herederas del ingenio campesino: **sal para conservar, fuego lento para ablandar, y una olla grande para compartir**. De la necesidad nació la técnica, y de la técnica, el sabor.

Tenerife, un laboratorio atlántico

El siglo XVI convierte a Canarias en **puerto de escala y cruce de civilizaciones**. El archipiélago recibe productos americanos cuando Europa aún los desconoce. En esas idas y venidas del comercio y la colonización, las islas aprenden a mezclar: a

plantar lo ajeno en suelo propio y hacerlo suyo.

Así se cocina *papas, costillas y piñas*: en el fondo de la historia, no en la cocina. Es la consecuencia natural de un territorio que vive entre la escasez y la abundancia, entre la mar y la medianía. Una receta de lo posible que se transforma en lo perfecto.

El puchero corto

No hay sofritos, ni cebolla, ni aceite. Aquí manda la lógica del campo: **tres ingredientes, una olla y paciencia**. Primero, las **costillas desaladas**, que sueltan su fuerza en el agua. Luego, la **piña de millo**, que endulza el caldo con su almidón y su dulzor vegetal. Y, por último, las **papas**, que absorben el sabor del cerdo y del maíz, y engordan el guiso hasta volverlo denso, casi meloso.

El resultado es lo que los viejos llaman un **caldo corto**: sin exceso de agua, sin grasa sobrante, sin adornos. Un plato que no pretende impresionar, pero que **emociona por su pureza**. Cada cucharada sabe a casa, a ladera verde, a domingo de romería.

Cuando la olla se vuelve fiesta

Si el plato nació en el trabajo, **creció en la alegría**. En el norte de Tenerife, cada vendimia y cada matanza terminaban alrededor de un caldero. Los **guachinches** –esas casas donde se vende el vino de la cosecha y se come lo que hay– adoptaron *papas, costillas y piñas* como su bandera.



No hay [guachinche](#) sin vino del país, y no hay vino que no pida algo salado que lo acompañe. Así se fijó la trinidad: vino joven, papa vieja, cerdo salado.

Con el tiempo, la receta se extendió por todas las islas, pero su alma sigue en los valles del norte tinerfeño: **La Orotava, Tacoronte, Tegueste, La Matanza**, lugares donde el fuego lento es una forma de conversación.

Lo que no lleva, también cuenta

Este plato enseña más por lo que **no tiene** que por lo que

ofrece. No lleva aceite, ni tomate, ni cebolla, ni especias que distraigan. No lleva prisa. No lleva pretensión.

Solo lleva equilibrio: la sal de la costilla, el dulzor del millo y la nobleza de la papa. Y quizás por eso se ha mantenido intacto, inmune a la moda, orgulloso de su sencillez.



Papas, costillas y piñas. Chef Rogelio Quintero Montesdeoca –
Foto: Roger Méndez

Cada casa tiene su modo, claro: quien desala más o menos, quien parte las piñas por mitades o en rodajas, quien prefiere papas bonitas o yema de huevo. Pero nadie discute su esencia. *Papas, costillas y piñas no se reinterpretan, se respetan.*

Tenerife, una olla de identidad

Hay platos que definen ciudades; este **define una isla entera**. Es el sabor de las medianías, del campo que resiste, de la familia que se sienta junta, de la conversación entre sorbos de vino. Es el plato que reúne a los que están y los que vuelven, el que se sirve cuando se celebra y cuando se echa de menos. Porque no se trata solo de comer: se trata de **recordar quiénes somos**.

Y en Tenerife, esa respuesta suele venir servida en un plato hondo, con papa tierna, costilla melosa y una piña de millo que sonríe desde el borde.

Canariasgourmet! Haciendo de Canarias el Mejor Destino Gastronómico del Mundo!

¡Echémosles una mano a los inspectores!

Fundado en **1977** por **Verísima García y Tomás Galván**, Casa Tomás nació como un restaurante de carácter familiar en la zona de La Laguna, sin imaginar entonces que décadas más tarde se convertiría en un referente gastronómico conocido incluso **fuera de Canarias**. Hoy, junto a su hijo Víctor, el matrimonio sigue al frente del negocio con la misma entrega de siempre. Y eso se nota en cada plato.

Su especialidad –las míticas **costillas con papas y piña de**

millo, siempre coronadas por un mojo verde de los que ya no se encuentran– es apenas la puerta de entrada a una carta donde las **carnes y pescados frescos del día** también tienen protagonismo. Lo que define a Casa Tomás no es la sorpresa, sino la certeza: la certeza de que cada visita sabe a hogar.

Una Estrella para Casa Tomás

[@RestCasaTomás](#)

Hay restaurantes que no buscan brillar. Que no compiten. Que no cambian su carta cada tres meses ni hacen catas a ciegas con prensa o influencers. **Restaurantes** que simplemente hacen bien lo suyo, una y otra vez, durante décadas. Y eso –aunque no salga en las guías– también es excelencia.



Don Tomás Galván





Tomás Galván y Verísima García el principio de una historia

En Tegueste, **Casa Tomás** lleva generaciones sirviendo **papas, costillas y millo** como quien preserva una ceremonia. El local no tiene mantel de lino ni vajilla japonesa. Tampoco falta hace. Lo que hay es sabor, tradición y una clientela fiel que

acude casi en procesión. No por postureo, sino por placer. Y, sin embargo, nadie ha considerado darle una estrella. Ni un Sol. Ni un Solete. ¿Será porque no “innova”? ¿Porque no tiene un Instagram estético? ¿Porque no hace menús de 14 pases?

Tal vez habría que recordar que, en Tokio, un local especializado únicamente en yakitori puede lucir una estrella Michelin. Que, en Singapur, Hawker Chan, el puesto callejero que ofrecía pollo con salsa de soja y arroz, hizo historia en 2016 al convertirse en el primer *hawker* del mundo en recibir una estrella Michelin.

Sin embargo, **en 2021 perdió esa estrella**, tras haberse expandido a múltiples locales bajo un modelo de franquicia que muchos comparan con una versión asiática del fast food. Algunos críticos apuntan que **la estandarización del producto y la pérdida del toque personal** pudieron haberle restado autenticidad, esa que justamente lo hizo brillar en sus orígenes. Aun así, el mensaje es claro: **la excelencia también habita en lo popular**, y si Casa Tomás estuviera en Kioto, probablemente ya tendría su placa desde hace años.

Llama la atención. Porque cuando uno repasa la constancia de ciertos cocineros en Tenerife, la solidez de sus propuestas, la madurez de sus trayectorias... cuesta entender cómo, en todos estos años, nadie haya considerado que merecen una estrella, un Sol, o al menos una mención formal.



Puesto original del Hawker Chan, el puesto callejero que ofrecía pollo con salsa de soja y arroz





**El mismo Restaurante en Singapur ya con estrella Michelin.
Foto: José Garavito**

No hablamos de talento emergente, ni de proyectos que apenas comienzan. Hablamos de nombres con historia, con oficio, con resultados palpables. Hablamos de **Carlos Gamonal, de Rubén Cabrera, de Seve Díaz, de Dani Nielsen, de Armando Saldanha, de Raúl Torres...** Cocineros que no necesitan probar nada, porque ya lo han demostrado todo.

Y, sin embargo, siguen fuera del foco de los grandes reconocimientos. ¿Será que no aparecen en las cenas correctas? ¿Será que no forman parte de ciertos círculos? ¿O será simplemente que el sistema no está diseñado para mirar con atención allí donde no hay ruido?

Lo cierto es que la omisión sostenida también es una forma de discurso. Y por eso sorprende aún más que, en un mundo donde se premia una barra de yakitori o un puesto callejero de pollo en otras

latitudes, aquí no se haya reparado en la excelencia silenciosa de restaurantes como *Casa Tomás*, que lleva décadas haciendo lo mismo... pero cada vez mejor.

No se trata de falta de nivel. Se trata de una mirada que no ha sabido –o no ha querido– ver más allá del círculo habitual. Mientras algunos nombres se repiten año tras año en los listados, hay cocineros que llevan tiempo mereciendo algo más que el aplauso del cliente fiel. Lo que falta no es calidad. Lo que falta es foco.

Carlos Gamonal – El testigo de la cocina canaria elevada

[@MesónElDrago](#)

Hablar de alta cocina en Canarias sin nombrar a Carlos Gamonal sería una omisión imperdonable. Su restaurante, Mesón El Drago, es uno de los grandes pilares gastronómicos de las islas. Fundado por su padre –quien obtuvo una estrella Michelin en su época–, el Drago no ha perdido su esencia: Carlos tomó el testigo junto a su hermana Priscila y lo elevó aún más, manteniendo el alma del recetario canario y llevándolo a otra dimensión.



Chef Carlos Gamonal



Su cocina no es una reinención forzada, ni una ruptura. Es continuidad, evolución y respeto. Una cocina profundamente canaria, honesta, con técnica refinada y sensibilidad artística, que sabe tocar la memoria gustativa del comensal con matices contemporáneos. Carlos es, además, un artista del plato, conocido por sus paisajes comestibles, sus juegos de color, textura y profundidad. Cada servicio es también una declaración estética.

Y todo esto sucede sostenido por uno de los equipos más longevos y cohesionados de la hostelería insular. Con más de 30 años de historia, el restaurante mantiene una sala impecable dirigida con profesionalidad y elegancia por Jaquelin

Rivero, capaz de cuidar al cliente con esa mezcla perfecta de cercanía y excelencia.



Francisco Javier Hernández Arvelo, nuestro segundo Jefe de Cocina y José Manuel Quinta Piñeiro, encargado de la partida de cuarto frío. En Sala, Priscila Gamonal (Cocinera, pastelera, sumiller y jefa de sala) junto con Jaquelin Rivero Cabo, nuestra Jefa de Sala y Metre de catering

Por si fuera poco, el catering de **Carlos Gamonal** se ha convertido en uno de los más reconocidos de Canarias, elegido para eventos de alto nivel como la gala de entrega de los Soles Repsol en Tenerife 2024, donde el nivel de ejecución, sabor y estética fue simplemente impecable. Pero este es solo un punto más en una trayectoria donde sobran los méritos.

Y, aun así, ni una estrella. Ni un Sol. Como si la constancia, el legado, la técnica y el compromiso con la cocina canaria no contaran. **Carlos Gamonal** no necesita figurar. Pero el hecho de que no lo haga, dice mucho más sobre el sistema que sobre él.

Rubén Cabrera – Precisión sin escaparate

[@RestCúpula](#)

Pocas cocinas en Canarias pueden presumir del nivel técnico, la estética cuidada y la coherencia gastronómica que Rubén Cabrera mantiene desde hace años en [La Cúpula](#), el restaurante gastronómico del hotel Jardines de Nivaria, en Adeje.



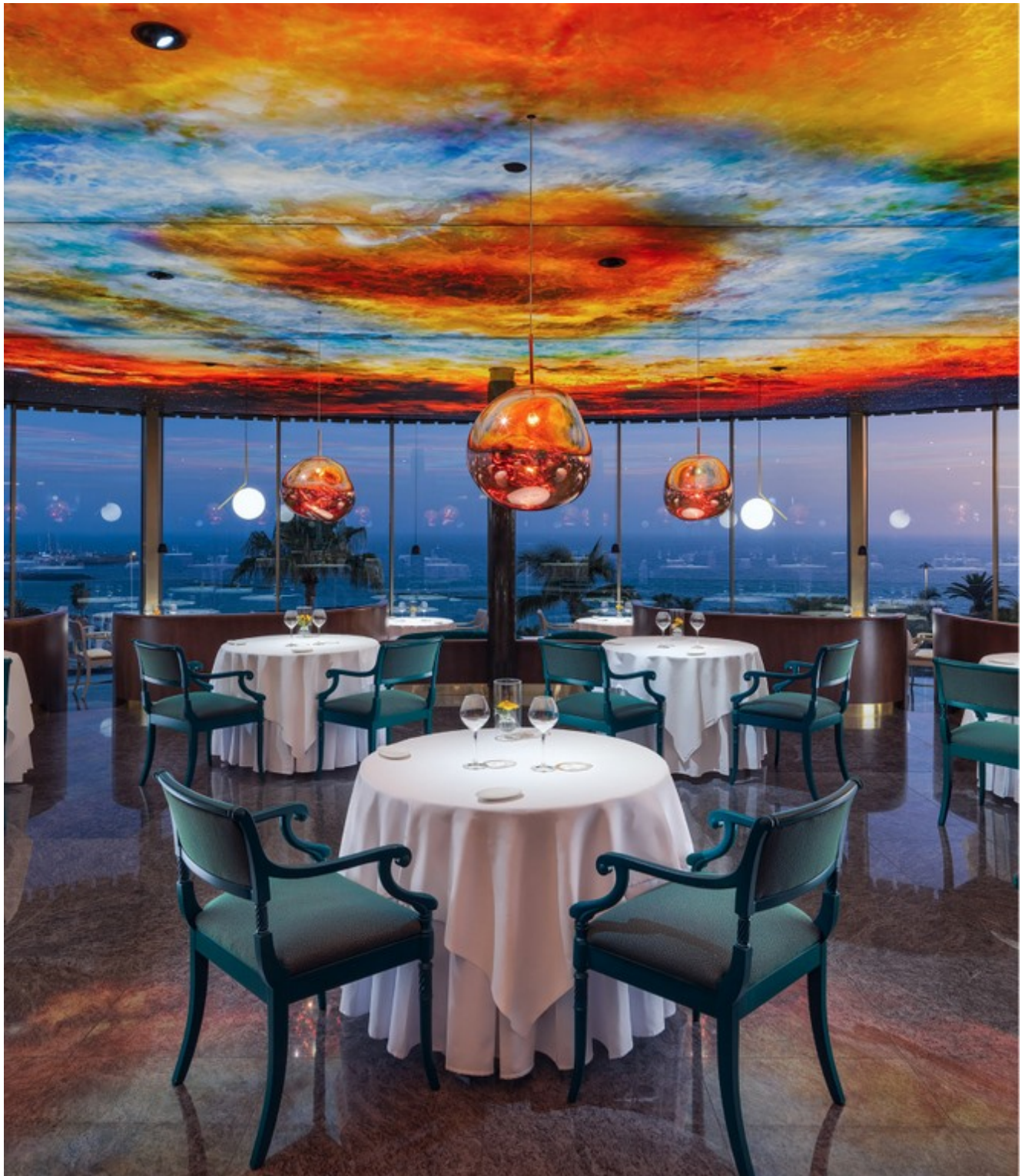
Chef Rubén Cabrera

Rubén no necesita levantar la voz. Su cocina habla sola: fondos impecables, equilibrios milimétricos, texturas bien pensadas y una narrativa de platos que fluyen como una partitura clásica. Dos Soles Repsol y una recomendación en la Guía Michelin avalan esa trayectoria, así como su presencia en

congresos y eventos especializados de proyección nacional.

La suya es una cocina donde la técnica no sustituye al sabor, sino que lo potencia. Donde el producto no se disfraza, sino que se viste con precisión. Y donde el emplatado forma parte del discurso, pero no es su única virtud. A todo esto se suma una sala de altísimo nivel, impecablemente dirigida, que acompaña con elegancia cada servicio. El conjunto –desde la cocina hasta los detalles del espacio– proyecta una identidad refinada y serena, que distingue al restaurante sin necesidad de alardes. Y sin embargo, **la estrella aún no ha llegado.**







“Picaña Gallega de larga maduración en caldo de garbanzos con ponzu y espuma de papa chinegua (papa King Edward) ahumada”



“Atún rojo con noodles de soja, maní, jugo de fresas y clementinas”



Petit four

No falta nivel, ni falta oficio y mucho meos producto. Pero sigue sin aparecer ese reconocimiento mayor que tantos comensales dan por hecho al terminar el menú. Rubén Cabrera no necesita validación para seguir cocinando con el mismo rigor. Pero la pregunta queda en el aire:

¿Qué más hace falta para que la estrella sea oficial, si no es esto?

Raúl Torres – La madurez silenciosa

[@DondeMarioRest](#)

Raúl Torres no necesita adornos. Su cocina habla con técnica, con sabor y con un recorrido internacional difícil de igualar. Ha trabajado en Astrid & Gastón, Maido, Quintonil y Pujol –todos incluidos entre los restaurantes más influyentes del

mundo—, y lo ha hecho como parte activa de equipos que no solo cocinan, sino que marcan época.



Plato by Chef Raúl Torres. Rest. Donde Mario. Fotos: José Garavito



Raúl Torres, Jefe de Cocina de Donde Mario









Restaurante Donde Mario.
Fotos: José Garavito







Solo con mencionar que Maido –donde se formó en Perú bajo la filosofía nikkei de Mitsuharu Tsumura– es actualmente el restaurante número 1 del mundo según The World's 50 Best 2024, basta para entender el nivel de exigencia que ha vivido desde dentro. Sumado a su paso por México en Pujol y Quintonil, dos templos contemporáneos de la alta cocina mexicana, Raúl llega a Canarias con una mochila cargada de disciplina, técnica,

respeto por el producto y sensibilidad global.

Desde Donde Mario, en Santa Úrsula, lidera una cocina personal, sincera y profundamente sabrosa. Allí no hay discursos huecos: hay platos que reflejan lo aprendido, y un equipo que ejecuta con rigor.

Fue elegido Chef Revelación en los Premios Qué Bueno Canarias, pero todavía no figura en las grandes guías. Y esa es justamente la paradoja: **¿cómo puede alguien con esta trayectoria seguir fuera del radar?**

Mientras tanto, él sigue cocinando. Y lo hace, como siempre, **a nivel de estrella**, con o sin placas en la puerta.

Seve Díaz – El valor de sostener

[@TallerSeveDíaz](#)

Mientras muchos cocineros entran y salen del radar mediático al ritmo de las tendencias, Seve Díaz ha hecho lo contrario: quedarse. Y no quedarse por inercia, sino por convicción. Desde su restaurante, **El Taller de Seve Díaz**, en Puerto de la Cruz, ha consolidado una propuesta que no necesita fuegos artificiales para destacar. Un Sol Repsol avala su trabajo, pero no lo define.



El Chef Seve Díaz

La suya es una cocina de madurez, de evolución pausada, donde la técnica no eclipsa la emoción. Hay un respeto absoluto por el producto y una sensibilidad que se percibe en cada plato, incluso en los más sencillos. Su menú cambia con lógica, no por espectáculo. Y su discurso no busca titulares, sino

fidelidad: la del cliente que repite, la del paladar que recuerda.

El Taller de Seve Díaz es uno de esos restaurantes que han sabido **sostener el nivel sin traicionarse**, sin venderse a la estética fácil ni al ritmo de las modas. No hace falta reinventarse cada seis meses cuando se tiene claro qué se quiere contar y cómo.











Quizás por eso su nombre no aparece en todos los saraos, pero sí en todas las buenas conversaciones sobre cocina seria en Canarias. Porque cuando se habla de excelencia con fundamento, tarde o temprano, Seve Díaz siempre sale en la mesa.

Y conviene recordarlo a tiempo.

Porque este no es un ranking, ni una lista. Es un retrato

parcial de algo que ocurre hace años en todas las islas: cocineros que sostienen con oficio propuestas valiosas, sin estridencias, sin marketing de artificio, pero con un nivel que merecería más foco del que recibe.



El Chef Jesús González. Restaurante El duende

Sería bueno evitar a **Casa Tomás** lo que le ocurrió al extinto restaurante **El Duende** de **Jesús González**, que más merecida no podía tener una estrella y, sin embargo, nunca le llegó. **El Duende** cerró sus puertas. Y aquella estrella que todos dábamos por segura cada año –incluso antes de existir redes y

postureo— nunca brilló en su puerta, sino solo en el firmamento de su historia.

Que no vuelva a pasar.

Que el silencio institucional no se convierta en olvido. Desde Canariasgourmet.es vamos a seguir hablando de ellos, nombrándolos, cocinando sus relatos con la misma honestidad con la que ellos cocinan cada día. Porque si los inspectores no miran, miramos nosotros. Y si hace falta, ¡Echémosles una mano a los inspectores!. #UnaEstrellaparaCasaTomás

Locura y amor apasionado por las costillas con papas de Casa Tomás... ¿cómo algo tan simple y económico puede ser tan delicioso?

[@casatomasrestaurante](https://twitter.com/casatomasrestaurante)

Sobre el restaurante Casa Tomás (El Socorro – Tenerife) se han hecho tantos elogios y escrito tantas páginas de opiniones de críticos gastronómicos como kilos de costillas que pudiera gastar Don Tomás en un año, ¡o dos! La verdad, yo no voy a escribir un artículo o crítica gastronómica sobre este templo de la gastronomía popular en Tenerife, ejemplo del buen hacer profesional en la cocina canaria y respeto a sus comensales.

Recuerdo que hasta el “gran gurú” o maestro Yoda de la crítica gastronómica española; Don José Carlos Capel, dijo una vez que: “Tenerife tiene el mejor restaurante de España”, después

de haber visitado por enésima vez esta casa y haber comido una vez más sus sagradas costillas con papas, de las que Capel se confiesa un ferviente enamorado. De este succulento y sencillo guiso, solo tal y como lo cocinan en Casa Tomás, no en otros lugares.



Yo, también confieso mi apasionado amor por las costillas con papas de Casa Tomás, y también mi admiración por Don Tomás, su esposa y su hijo, y por todo el equipo, por el concepto y por su constancia y ejemplaridad en la honesta y rica culinaria canaria. Qué difícil es estar tantos y tantos años el número uno de este guiso (sin olvidar otros ricos platos de su carta), pero sin dormirse en los laureles, siempre humildes y siempre grandes trabajadores, sin bajar la calidad y a precios tan populares, sin caer en los pecados y peligros de la rutina negativa... siempre igual de rico y bien hecho. ¡Chapó, Don Tomás!

Ahora les confieso que yo, en mi restaurante de Madrid (2003 a 2005),

preparé en algunas ocasiones este plato al más puro estilo de Casa Tomás, y lo hice para sorprender a personajes muy, pero que muy famosos de la cultura, las artes y también para algunos importantes gobernantes, tanto nacionales como internacionales. En cada ocasión me hice traer los productos desde Tenerife, ¡todo!: papas, costillas, hasta el maíz y el cilantro fresco.

Les aseguro que el éxito que tuve fue inenarrable. Incluso algunos críticos importantes de prensa gastronómica las probaron con motivo del “Canarias Crea 04” en Madrid, del que fui responsable de gastronomía. Este guiso tan popular y emblemático para los tinerfeños, para esa ocasión tan especial, lo preparé de manera casi idéntica a como se prepara en Casa Tomás desde hace décadas y siempre igual de bien, solo que quizás yo, por aquello de tener un restaurante –por así llamarlo– gourmet, lo hice un poco más “refinado” en su presentación y, quizás, con el mojo verde hecho a mi manera, con un toque picantito y mi sazón personal.

casa ■ ■ ■ ■
■ ■ TOMAS



Si yo les dijera la lista de nombres de algunas de las personas que comieron ese plato en La Folia en el 2004, probablemente no me creerían, pero les aseguro que fueron personajes de los más importantes a nivel de España y el mundo entero: de la música, las letras, el cine y teatro, la política, gobernantes, ietc!

Solo contaré dos anécdotas y quien quiera creerlas que las crea, y quien no, pues... ieso!, porque nunca cociné para la farándula y menos aún para el estrellato de guías o el ego personal. Cociné porque me volví loco por la cocina, porque me apasionaba cocinar, y en 2003 lo dejé todo (antes hacía otras cosas) por mi locura de cocinar en un pequeño restaurante propio y muy personal.

Y aún hoy sigue siendo así, es decir, sigo igual de “loco”, pero loco de hacer algo con pasión, alocadamente, como quien baila folías, y de ahí le vino el nombre a mi restaurante “La Folia”, palabra derivada del francés *folie*, que más o menos quiere decir “la locura se apodera de la mente”; bailar o cantar o hacer cualquier cosa con locura, pero no locura de enfermedad mental, sino locura de hacer las cosas con mucha pasión. Los personajes que voy a destacar fueron Mario Vargas Llosa y Luciano Pavarotti, que eran habituales de La Folia cuando estaban por Madrid.

A ambos, ya fallecidos, los recuerdo con muchísimo cariño, gratitud y admiración. Mario Vargas Llosa, cuando comió las costillas con las papas, maíz y el mojo, me dio las gracias porque le había transportado olfativamente y gustativamente a su Perú natal, a su infancia, en parte porque las papas tan especiales que había cocinado (de San Juan de la Rambla, en

Tenerife) le recordaron a la papa amarilla peruana (excelente y deliciosa), y también por la presencia del maíz (choclo en Perú) y el cilantro, que está presente en muchísimos platos de la gastronomía del Perú. ¡Simplemente le fascinó por su sencillez!

Con Luciano Pavarotti la cosa no iba de recuerdos de infancia, sino de un guiso sencillo y popular que le pareció delicioso, diferente y nuevo para él, un guiso del que se repite. Luciano Pavarotti era un amante y apasionado (otro loco) de la cocina.

Importante contarles que no solo fueron personajes famosos e ilustres de la cultura quienes se fascinaron y sorprendieron con las costillas con papas, sino también muchos cocineros colegas de los más afamados restaurantes de la época, y también miembros de la prensa escrita, radio y TV, todos invitados por el Gobierno de Canarias a la presentación del “Canarias Crea 04” en La Folia de Madrid, evento celebrado en La Folia, que estaba en la Casa de Canarias en Madrid (Calle Jovellanos, detrás de las Cortes).



Todos, cocineros y periodistas, coincidieron en que lo delicioso de este plato era su riquísimo sabor, textura, pero sobre todo sorprendía por su sencillez extrema. Recuerdo que algunos periodistas hicieron broma diciendo que este plato era tal cual y que, si a algún [cocinero](#) se le ocurriera modernizar este plato texturizándolo, o deconstruyéndolo, o licuándolo, o esferificándolo, o espumándolo, o jodiéndolo como quiera que fuera... ¡habría que excomulgarlo a *divinis*! Inhabilitándolo para celebrar la liturgia y administrar los sacramentos de la divina cocina.

Recuerdo a muchos de los cocineros allí presentes encantados y disfrutando con las papitas negras y los mojos, los vinos de malvasía volcánica y quesos insuperables de Canarias, y de los platos, entre ellos el guiso de costillas o el taquito de atún en escabeche, o el conejo deshuesado en salmorejo. Y uno de ellos en concreto, Andoni Luis Aduriz (Restaurante Mugaritz) se me acercó y me dijo: “Alberto, me ha encantado este guisito de costillas con papas, ¿te importa darme la receta? Sobre todo la del mojo de cilantro, me ha encantado y quisiera usarlo en mi casa”.

Le di la receta, pero la verdad nunca supe si Andoni puso finalmente el mojito de cilantro entre sus preparaciones, pero sí sé que le enamoró.

La receta de este plato es muy simple, pero hay que tener muy en cuenta la calidad de los tres ingredientes principales para no fallar: costillas, papas y piñas de millo (maíz). Aparte está el mojo verde de cilantro que le da ese último toque tan delicioso y sesudo. Las costillas saladas deben de ser de las de “carnura” y desaladas desde el día anterior en abundante agua fría, cambiando el agua 3 a 4 veces (según el punto de sal). Una buena opción es usar costillas ya desaladas de la firma Montesano (¡calidad!).



Las papas, a ser posible, deberían ser autóctonas de Tenerife, por ejemplo “papas quinegua” o “papas azucena”. Y las piñas de millo (mazorca de maíz fresco de temporada) también de la zona norte de Tenerife. Finalmente está el mojo de cilantro: cilantro fresco, ajo fresco, un AOVE de variedad de aceituna de sabor muy suave (a ser posible Arbequina; hay quien lo mezcla con aceite de maíz y no va mal), sal, una pizca de comino molido, y toque de un vinagre de vino blanco joven o de vinagre de arroz. Yo, a este mojo, me gusta ponerle un toque

picante con guindilla verde fresca, ipero poco!

Ahora vamos a cocinar: primero que nada, se llena un caldero con abundante agua para cocer las costillas. Se cocinan junto con el maíz cortado en torchones gruesos, y cuando esté todo tierno (unos 35-40 minutos), la costilla al final debe poder deshuesarse con toda facilidad. Unos 15 minutos antes de este punto, se añaden las papas peladas y cortadas en trozos granditos para que no se deshagan y se deja cocinar todo junto hasta que las papas estén tiernas. Se escurre el caldo de cocción, se tapa la olla con un paño y su tapa, se deja reposar unos 10 minutos bien tapado y ¡listo! Servimos en una bandeja con el mojo de cilantro.

Extra: a quien le guste, con el caldo del guiso puede hacer un escaldón de gofio de trigo con cebolla roja y mojo de cilantro... ¡una delicia de complemento de las costillas!

Y aquí acaba la historia, **mi historia de amor loco y apasionado por las costillas con papas de Casa Tomás**, que ya dejaron de ser suyas para ser patrimonio de todos los tinerfeños y de todos los locos de la cocina y el buen comer como Pavarotti, Vargas Llosa y también usted.

Cabra, Apionabo-pasión y millo

La receta de Cabra, Apionabo-pasión y millo, es una de las recetas estrella del [Restaurante Donaire](#), además, representa una de las carnes que, no sólo representa a Canarias, también es una de las favoritas de su Chef [Francisco Expósito](#)... para nosotros en un plato ¡Top! ¿Te animas a prepararlo en casa?

Ingredientes para la carne cabra:

5 k de carne cabra
2 cabezas de ajos
800 g de cebolla blanca
200 g de pimiento rojo
100 g de zanahorias
1 cucharada de pimentón de la vera
2 litro de vino tinto (de buena calidad)

Ingredientes para el majado:

5 dientes de ajo
1 o 2 pimientas piconas
 $\frac{1}{4}$ de cucharita de comino
 $\frac{1}{4}$ de cucharita de semillas de cilantro
2 o 3 clavos
Unas cuantas ramas de perejil
Un puñado de sal gorda
Un chorrito de vinagre macho

Para el pure de apionabo y parchita

200 g de apionabo
20 g de mantequilla
30 g de jugo de parchita

Para la espuma de millo asado

2 piñas de millo (maíz)
300 g leche
100 g de nata
C/n de mantequilla de cabra
C/n sal

Otros ingredientes:

Millo tostado salado

Elaboración:

Para elaborar la carne cabra, la sazonomos muy bien con sal y pimienta negra y doramos en un caldero amplio junto con las

cabezas de ajos cortadas sin necesidad de pelarlos, cuando la carne y el ajo estén bien dorados, los retiramos, dejamos escurrir bien el aceite y reservamos. En el mismo caldero pochamos las verduras junto con el laurel y un trocito de pimienta picon, añadimos la carne, damos unas vueltas y añadimos el vino, dejamos reducir y vamos desespumando.

Cuando se evapore el alcohol, añadimos agua mineral hasta cubrir unos dos dedos y empezamos con fuego fuerte, cuando empiece a hervir bajamos el fuego y dejamos cocinar unas 3 o 4 horas, esto va a depender mucho de el fuego que pida la cabra, el majado se lo añadiremos a media cocción. Una vez cocinada la dejamos reposar y siempre será mejor dejar de un día para otro. Ya con la cabra fría y reposada empezamos a deshuesarla y a separar los nervios, grasa y nos quedamos solo con la carne limpia con lo que haremos rulos y reservaremos. La salsa la colamos por un chino y dejamos un poco más al fuego para que reduzca y quede un poco más potente, si cabe.

Para el pure de Apionabo, pelamos, cortamos en dados y rehogamos en mantequilla, añadimos agua mineral y cocinamos hasta que este tierno, escurrimos muy bien y trituramos en el vaso, pasamos por un colador fino y añadimos el jugo de parchita, rectificamos de sal y reservamos.

Para la espuma de millo, después de pelados, los hacemos a las brasas pintándolos con mantequilla de cabra de cuando en cuando, una vez las piñas de millo estén bien doradas, las desgranamos y las cocinamos en la leche y la nata a fuego muy bajo durante unos 30 minutos, apagamos y dejamos infusionar por otros 30 minutos. Trituramos muy bien y pasamos por un colador fino, rectificamos de sal y metemos en un sifón con una carga y reservamos en el baño maría a unos 50º.

Emplatado:

Cortamos un cilindro de carne cabra y metemos en el horno a unos 180º por 6 o 8 minutos, napamos con su salsa, acompañamos

con un poco de pure de apionabo y la espuma de millo.
Espolvoreamos un poco del millo tostado y terminamos con una
capuchina.