

Canarias en la Guía Michelin 2025: un territorio que avanza, aunque la guía siga evaluando con dificultad

La gala Michelin 2025 [@MichelinGuide](#) volvió a sacudir el mapa gastronómico español con movimientos que ya se comentan en todo el país. Entre la coronación de **Casa Marcial** como nuevo tres estrellas, los ascensos de **Andalucía** y la incorporación de 32 nuevos restaurantes al universo estrellado, **Canarias** reafirmó un mensaje que se repite año tras año: **somos un territorio gastronómico maduro, inquieto, diverso y en plena expansión**, aunque la guía todavía no termine de comprender la dimensión real del archipiélago. Sin nuevas estrellas dobles o triples, pero con incorporaciones esenciales –y una ausencia demasiado ruidosa–, las islas consolidan un discurso propio que ya no espera validaciones externas para existir.

Seve Díaz: la estrella que confirma un camino, no una moda

[@TallerSeveDíaz](#)

La nueva estrella Michelin para Tenerife cae en el **Puerto de la Cruz**, pero su impacto rebasa lo geográfico. **El Taller de Seve Díaz** es un restaurante pequeño, íntimo, sin alardes arquitectónicos ni escenografías de alta cocina, pero con una fuerza culinaria que llevaba demasiadas ediciones pidiendo reconocimiento. Allí, entre apenas unas mesas y una cocina milimétrica, **Seve** construye una experiencia donde el producto canario no se enuncia: se interpreta.



Cada pase es una conversación entre técnica, memoria y una sensibilidad que parece venir de otro tiempo. Su cocina es limpia, directa, honesta, sin artificios innecesarios, pero profundamente detallista: fondos precisos, puntos de cocción quirúrgicos, manejo elegante de la acidez y un equilibrio que convierte cada plato en un relato compacto. Nada está ahí por casualidad; nada sobra.

El Taller: un espacio que piensa y cocina al mismo ritmo



Chef Seve Díaz











La fortaleza de **El Taller** está en su coherencia. Se nota en la manera en que **Seve** entiende el ritmo del servicio, la cadencia del menú, el vínculo con el cliente y esa forma casi artesanal de construir un plato. No hay ruido, no hay prisa, no hay artificio. Hay [cocina](#) en estado puro.

Una cocina que dignifica el producto local sin esclavizarse a él, que respeta la tradición sin reproducirla al pie de la letra, y que innova sin afán de espectáculo.

Es un restaurante que hoy día, representa lo mejor del **Puerto de la Cruz gastronómico**: cercanía, precisión y una identidad

que no necesita grandes discursos para sostenerse.

Sus orígenes: Finca El Patio, donde empezó a formarse el criterio

La historia no empieza en El Taller. Quienes conocen el norte de Tenerife recuerdan a Seve Díaz trabajando en **Finca El Patio**, en Los Realejos. Un restaurante humilde, rodeado de verde, donde ya despuntaba algo que pocos jóvenes cocineros tienen: **criterio propio**.

Allí se forjó un autodidacta obsesionado con aprender, corregir, volver a empezar y crecer. Sin academias europeas, sin la sombra de un gran mentor, sin las vitrinas de los grandes hoteles. Solo cocina, disciplina y una curiosidad insaciable que fue acumulando conocimiento de servicio en servicio.

Ese carácter –más experiencia que teoría– explica por qué su estrella no es una revelación:

es la consecuencia natural de un proceso de madurez sostenido durante años.

Los restaurantes estrellados de Canarias

El mapa estrellado de **Canarias** en 2025, confirma un archipiélago gastronómico más diverso, sólido y articulado que nunca. **El Rincón de Juan Carlos** sostiene sus dos estrellas que iluminan el atlántico con técnica y emoción, mientras **Nub** consolida un mestizaje ítalo-latinoamericano de enorme madurez culinaria. En el sur de Tenerife, **Kensei** mantiene su elegante cocina japonesa de autor, **San Hô** reafirma un nikkei preciso y luminoso, **Il Bocconcino** confirma una italiana contemporánea pulida y coherente, **Donaire** revalida su estrella desde el GF Victoria con un discurso moderno y sensible, **Taste 1973** mantiene su identidad conceptual y técnica, y **El Taller de Seve Díaz** se incorpora al firmamento con una estrella que premia sensibilidad, precisión e identidad.



Chef Juan Carlos Padrón



Chef Andrea Bernardi



El Chef Jesús Camacho



Chef Víctor Planas



Chef Adrián Bosch



Chef Niki Pavanelli



Chef Diego Schattenhofer

En Costa Adeje, Kensei sostiene una propuesta japonesa de autor elegante y depurada, mientras San Hô reafirma una mirada nikkei equilibrada y profundamente respetuosa con ambas tradiciones culinarias.

Por su parte, Haydée, ahora ubicado en el Hotel GF Gran Tacande y que ha revalidado su estrella tras la mudanza, consolida la voz tan personal de Víctor Suárez, capaz de reinterpretar memoria y paisaje desde una visión contemporáneo sin perder autenticidad.

Gran Canaria...sabe!





Chef Abraham Ortega



Chef Borja Marrero



Chef Germán Ortega



Chef Rubén Cuesta



Chef Alexis Álvarez

En la provincia de **Las Palmas**, la fotografía es igual de contundente: **Poemas**, de los hermanos Padrón, mantiene su estrella con una sensibilidad poética reconocible; **Tabaiba**, con Abraham Ortega, reafirma un proyecto contemporáneo y

valiente; y **Muxgo**, de Borja Marrero, se sitúa como uno de los proyectos más relevantes al sumar **estrella Michelin y Estrella Verde**, un modelo radical de cocina de territorio real.

El sur de **Gran Canaria** consolida dos casas esenciales: **Los Guayres**, en Mogán, y **La Aquarela**, en Arguineguín, ambas con estrella revalidada. Y en Lanzarote, **Kamezí**, en Playa Blanca, **revalida su estrella**, cerrando un año en el que la provincia de Las Palmas suma **seis distinciones Michelin**.

La estrella que vuelve: el caso de Gofio en Madrid

[@Gofio](#)





La **Guía Michelin 2025** también deja una noticia especialmente relevante para la gastronomía canaria más allá del archipiélago: **Gofio**, el restaurante del tinerfeño **Safe Cruz** y su pareja, la jefa de sala **Aída González**, recupera la estrella perdida el año pasado.

El traslado desde su recordado local del barrio de **Las Letras** a la calle **Caballero de Gracia** había supuesto la retirada de la distinción en la edición anterior –una consecuencia habitual cuando un restaurante cambia de ubicación–, pero la pareja revalida ahora su lugar en la guía con una propuesta

que vuelve a situar la identidad canaria en el centro del mapa gastronómico madrileño.

Gofio no solo recupera la estrella: recupera un espacio simbólico para Canarias en la capital, demostrando que el territorio y su cocina pueden brillar incluso lejos de casa cuando hay talento, convicción y un relato auténticamente propio.

Y es justamente al observar este conjunto cuando surge la reflexión inevitable sobre **MB – Martín Berasategui**: un restaurante impecable en técnica, servicio y regularidad, pero cuyo gran desafío no está en la cocina, sino en algo más profundo y difícil de construir: **una conexión personal con el territorio.**

Mientras los demás estrellados de **Canarias** han sabido tejer lazos naturales con la identidad isleña –desde la memoria hasta el producto y la comunidad–, en **MB** persiste una distancia emocional que se percibe como ajena. No es un problema de propuesta culinaria, sino de vínculo: de sentir que el restaurante pertenece al paisaje humano y cultural de las islas. Y para aspirar a una tercera estrella –esa cumbre donde no solo se premia excelencia, sino pertenencia– ese puente con **Canarias** será, tarde o temprano, imprescindible.

La ausencia que no se puede ignorar: el caso de Rubén Cabrera y La Cúpula

Del mismo modo que en el caso de **Seve Díaz** conocemos su cocina porque la hemos vivido, probado y analizado servicio a servicio, también hemos seguido de cerca el trabajo impecable de **Rubén Cabrera** en **La Cúpula**, uno de los restaurantes más

finos, precisos y coherentes del archipiélago. Esa experiencia directa –no opiniones de terceros, sino conocimiento real de su propuesta– es precisamente la razón por la que su ausencia sistemática en la guía resulta, edición tras edición, cada vez más incomprensible.





Cabrera no es una promesa ni una incógnita: es un valor seguro, un cocinero con criterio propio, sensibilidad madura y una regularidad que muchos estrellados peninsulares envidiarían.

Por eso, la pregunta ya no es si merece la estrella, sino **qué está fallando en la evaluación de los inspectores o qué está pasando para que su trabajo siga fuera del radar.** Cuando un restaurante con este nivel no aparece, el foco deja de ponerse sobre el cocinero y se desplaza, inevitablemente, hacia los criterios y las miradas de quienes juzgan. Y ahí, la duda ya no es gastronómica: es de sistema. Por rigor periodístico y por pura justicia culinaria, el nombre de **Rubén Cabrera y La Cúpula** debe figurar siempre en cualquier análisis serio sobre **Michelin en Canarias.**

Bib Gourmand 2025: la cocina honesta que sostiene el territorio

La categoría **Bib Gourmand**, ese espacio donde la **guía Michelin** reconoce la cocina que emociona sin necesidad de lujo, vuelve a demostrar que **Canarias** tiene mucho que decir cuando se habla de sabor, verdad y memoria. Este 2025 llegan dos nuevos nombres que amplían el mapa y refuerzan una idea fundamental: **la buena cocina en las islas no solo vive en la alta gama; vive en las mesas donde se respira territorio.**

El Rebojo (Garachico)

[@ElRebojo](#)







La incorporación de **El Rebojo** reconoce un tipo de cocina que rara vez falla: honesta, bien planteada y profundamente enraizada en el recetario tradicional. El restaurante se sostiene sobre una base clara –producto local y técnica correcta– y lo convierte en platos que no necesitan pirotecnia

para emocionar. Aquí las preparaciones tienen memoria, las cocciones respetan al producto y el comensal encuentra exactamente aquello que busca cuando viaja por el norte de Tenerife: **una mesa que sabe dónde está.**

Moral (Santa Cruz de Tenerife)

[@MoralRestaurante](#)

El caso de **Moral** es distinto, y quizá más significativo. No es solo un restaurante joven con mirada fresca: es un **ejercicio de inteligencia culinaria**, un recetario canario revisado con respeto y modernidad, sin perder un gramo de autenticidad. Moral trabaja con claridad conceptual, técnica cuidada y una sensibilidad que consigue elevar el producto local sin desconectar de sus raíces. Es cocina contemporánea que no quiere parecer internacional: quiere parecer *canaria de ahora*.







Oído cocina!

Y aquí aparece la reflexión que muchos pensamos –y que vale la pena dejar escrita–: si el Cabildo de Tenerife busca una cocina representativa para La Casa del Vino, una cocina que

muestre quiénes somos, de dónde venimos y hacia dónde vamos, Moral sería una elección natural.

Su manera de leer el territorio, su recetario sublimado y su capacidad de explicar Canarias en un menú lo convierten en un candidato evidente, un proyecto capaz de representar al archipiélago con solvencia, identidad y discurso propio. Moral no solo cocina bien: cocina territorio. Y ese es el lenguaje que un espacio institucional debe hablar sin vacilaciones.

¿Está Canarias destinada al Olimpo 3 Estrellas Michelin? Una pregunta incómoda y necesaria

Cuando se habla de una posible tercera estrella para Canarias, el debate deja de ser gastronómico para entrar en un terreno más complejo: ¿está el archipiélago predestinado, en la mirada de la guía, a quedarse fuera del Olimpo? Porque la tercera estrella no es solo excelencia –que en Canarias la hay– sino también ubicación, narrativa, tradición de reconocimiento y geopolítica culinaria.

Ese Olimpo, a día de hoy, tiene dueños muy claros: Cataluña, País Vasco, Madrid y algún enclave peninsular muy concreto.

Todos ellos territorios donde la guía ha consolidado históricamente sus centros de gravedad. Y aunque Canarias mantiene proyectos sólidos, brillantes y con madurez suficiente para aspirar a más, lo cierto es que ningún restaurante insular ha conseguido aún romper ese techo invisible.

La cuestión no es si aquí existe talento capaz de alcanzar la

tercera estrella: lo hay, y con argumentos contundentes. La cuestión es si la guía es capaz de mirar a Canarias con la misma profundidad con la que evalúa los grandes centros peninsulares.

La distancia, la insularidad, la escasa presencia de inspectores y la percepción de Canarias como destino turístico antes que territorio gastronómico juegan en contra.

Por eso, cuando se afirma que las islas solo tienen “dos opciones reales” para aspirar al máximo reconocimiento, lo que se está diciendo en realidad es que **el techo no lo marca la cocina canaria, lo marca la geografía del criterio.**

No se trata de resignación, sino de perspectiva. Canarias tiene cocina para aspirar al Olimpo, pero el Olimpo –hasta ahora– sigue teniendo fronteras peninsulares.

El firmamento Michelin de Canarias, una galaxia gastronómica

A escasas horas para la celebración de la **gala de la Guía Michelin** en la ciudad de Murcia, la galaxia gastronómica de **Canarias** espera al menos mantener el fulgor de su firmamento y mirando al cielo sueña con descubrir nuevas **estrellas**.

¿Logrará algún **restaurante** isleño coronar la cúspide de los **triestrellados**? No parece que vaya a ser así. ¿Se sumarán nuevos brillos a la nómina actual? Los pronósticos hechos ilusiones hablan de hasta cuatro nuevas **estrellas**: una buena cosecha.







Por Tenerife, una terna formada por **Il Bocconcino by Royal Hideaway**, **Restaurante Donaire** y **Taller de Seve Díaz**, otro en **Gran Canaria** y **Kamezi deli Bistró** por Lanzarote. La suerte está echada y la mesa servida.

Dos estrellas

Los platos de estos restaurantes ponen de manifiesto la personalidad y el talento del chef. La cocina destaca por su refinamiento e inspiración. En este apartado figuran:

El Rincón de Juan Carlos

Los **hermanos Padrón**, junto a Raquel y María José, ofrecen una gran experiencia **gourmet** en el **Royal Hideaway Corales Beach**. El **restaurante**, ubicado en la 5ª planta de este hotel de diseño rompedor, enamora a quien lo visita tanto por sus vistas al océano y las puesta de sol desde algunas **mesas**, como por el servicio y el nivel **gastronómico** que brindan.



Fieles a su filosofía apuestan por el **recetario canario** desde un punto de vista creativo, siempre con altas cotas de refinamiento en las presentaciones. Su oferta se concreta en un único y extenso **menú degustación**, con distintas opciones de **maridaje**.

MB Abama

El espectacular **hotel The Ritz-Carlton Abama** acoge entre sus **propuestas gastronómicas** al **restaurante M.B.**, paradigma de **lujo y exclusividad**. Presenta una sala donde sirven tanto los **aperitivos** de bienvenida como el café en la sobremesa (también verás un llamativo carro-noria de petit four), un comedor principal de gusto contemporáneo dominado por los tonos blancos y, en los laterales, dos galerías acristaladas que en verano se transforman en terrazas.



El **chef Erlantz Gorostiza** transmite, a través de una cuidada **carta** y dos **menús degustación**, la espléndida **cocina** del maestro **Martín Berasategui** repleta de sentido, técnica y sabor en base al mejor producto de **la isla**.

Una Estrella

Esta distinción se concede a los restaurantes que, utilizando ingredientes de la máxima calidad, preparan platos con sabores distintos y a un alto nivel constante. Estos son los

galardonados canarios:

NUB

Se ubica en el maravilloso **resort Bahía del Duque**, donde **Andrea Bernardí** (Italia) y **Fer Fuentes** (Chile) ofrecen una **propuesta** creativa de gran nivel. Fieles a su estilo tienden un puente **culinario** entre la Europa mediterránea y **Latinoamérica** con muchos matices **canarios** y guiños a la sostenibilidad.



Sus **menús degustación**, Waywen (vegetariano) y Novatore suponen un recorrido por tres espacios que llevan el nombre de formaciones nubosas: los primeros **aperitivos** se toman en la terraza (Estratos), los platos principales en la **mesa** (Cúmulos) y, por último, la degustación de **postres** en la barra (Cirroestratos).

Poemas by Hermanos Padrón

Esta oferta **gastronómica** se desarrolla en el exclusivo e histórico **Santa Catalina Royal Hideaway Hotel**, en pleno corazón de la ciudad de **Las Palmas de Gran Canaria**. Al frente de los fogones, el **chef** Adrián García, tutelado por los **hermanos Padrón**, reproduce la propuesta ideada por los laureados **chefs** tinerfeños. El espacio sorprende por su interiorismo, de gusto clásico y con profusión de maderas. Dos **menús degustación**: Poemas y Clásicos, una opción un poco más corta.



San Hô

Otra de las opciones **gastronómicas** del lujoso **hotel Royal Hideaway Corales Beach**, una fascinante propuesta de **fusión** con notas personalizadas y creativas que combinan el **recetario** japonés, el peruano y el **canario**. Al frente, dos talentosos chefs: **Adrián Bosch** y **Eduardo Domínguez** (ambos reconocidos como mejores **cocineros** de **Canarias** en 2012 y 2016, respectivamente), que ofrecen dos sugerentes **menús degustación** (Esencia y San Hô), aunque también se propone una pequeña **carta**.



Cuenta con una gran barra desde la que se puede seguir cómo trabajan en directo, un **comedor** contemporáneo con ventanales panorámicos y una agradable terraza, alongada tanto al jardín como al océano.

La Aquarela

Sorprende por su ubicación al abrigo de un complejo de apartamentos, junto a la playa de Patalavaca, al sur de **Gran Canaria**. En este **restaurante** de acogedor clasicismo y ambiente sosegado se **degustan** unas elaboraciones muy técnicas y delicadas, arraigadas a los sabores del entorno pero con personalidad al dejarnos ver algún que otro matiz nórdico (el **chef**, Germán Ortega trabajó en Estocolmo varios años).



Utilizan, hasta en un 85%, productos locales o de proximidad, defendiendo la **cocina canaria** moderna a través de tres **menús**: Experiencia (combina productos tanto de tierra como de mar), Tierra (vegetariano) y Fish Lovers (centrado en los **pescados y mariscos** de sus costas).

Tabaiba

A pocos metros de la famosa playa de Las Canteras se ubica este **restaurante** que toma su nombre de una planta autóctona de **las islas** y defiende con solvencia lo que se denomina **cocina canaria** evolutiva.



Chef Abraham Ortega

El **chef** Abraham Ortega afronta en este pequeño local de línea contemporánea su reto más personal donde consigue, a partir de la técnica, que la aparentemente humilde **cocina canaria** resulte especialmente entretenida y alcance cotas de auténtico rango **gastronómico**, siempre en base a los **productos locales** de proximidad de cada **isla** e incorporando alguna nota de carácter más sentimental.

La propuesta se basa en dos menús degustación (Tabaiba y Experiencia), con

platos que siempre buscan ensalzar los mejores productos autóctonos.

Los Guayres

Un oasis de elegancia y exotismo en el **valle grancanario de Mogán**. En este **restaurante**, instalado en el **hotel Cordial Mogán Playa**, resalta la figura de Alexis Álvarez. Este **chef** busca una **fusión** entre la **cocina canaria** tradicional y la vertiente más actual, mostrando a través de sus menús interesantes detalles **de autor**, de la **culinaria** internacional y, por supuesto, tanto de los productos **isleños** (gofio, cabra, tuno rojo...) como los de la rica despensa atlántica (cherne, atún rojo, sama...).



Haydée

Ocupa un caserón señorial que debe su nombre a la abuela del **chef**, mujer natural de **La Gomera** que le transmitió la pasión por la **cocina**. Por otra parte, Haydée significa acariciar, mimar... Sorprende ver lo bien que conviven dos espacios: de un lado su elegante interior de ambiente contemporáneo y de otro la exuberante terraza con **zona chill out**, perfecta para disfrutar del incomparable entorno de La Orotava.



El **chef** Víctor Suárez defiende su **cocina creativa** a través de dos sugerentes **menús** (Atlántico y Raíz) que combinan los sabores, colores y texturas para actualizar el **recetario isleño** tradicional, con toques personales, algún recuerdo de infancia y pinceladas a otras culturas.

Taste 1973

¿Cocina creativa que exalte la raíz de la historia insular? Este **restaurante** acomodado en el lujoso **hotel Villa Cortés**,

liderado por el **chef Diego Schattenhofer** (un argentino que lleva en **Canarias** más de dos décadas), busca exactamente eso.



La propuesta que se autodefine con la frase “no creamos recetas, creamos emociones”, ve la luz bajo el paraguas de dos **menús degustación** (Roque Guincho y Roque de Arona Hío) donde la **cocina canaria** está 100% presente en cada uno de los pases (Gamba OA, Tableta de nuestras costas con borrallera de **batatas**, Royal de **cochino negro**...), siempre [acompañados](#) por unas cartulinas que nos hablan del producto utilizado y, sobre un mapa, nos indican las zonas de procedencia en **la isla**.

Ofrecen **sabor**, coherencia, técnica, un equipo multidisciplinar (biólogos marinos, neurólogos, historiadores...) que recupera las **raíces gastronómicas guanches**... y el gusto por **los pescados**

[madurados](#) como claro elemento diferenciador. ¡Gran carro de **quesos canarios** con más de 50 variedades!

Estrella Verde

Es el premio más reciente y se concede a los restaurantes que suponen un modelo a seguir en lo que respecta a la gastronomía sostenible. El Archipiélago cuenta con un representante:

Muxgo

Este singular **restaurante** se encuentra en el lujoso **hotel Santa Catalina Royal Hideaway** y su propuesta es una auténtica oda tanto a la ecología como a la **sostenibilidad**. Un luminoso **comedor**, decorado con acuarelas de la artista Ana Beltrán y un mural que refleja alguno de los productos fetiche del **chef** Borja Marrero, es el espacio donde presenta unos **platos** de tinte actual-creativo que siempre toman como base materias primas con **ADN canario**, poniendo especial hincapié en las que proceden de su propia finca (**corteza de pino, millo, tunera, leche de su ganadería...**).



La oferta se concreta en tres **menús degustación** (Los orígenes, Lo más profundo de Tejeda y un **menú** ejecutivo que solo sirven los mediodías laborables, denominado **Sin olvidar el territorio**), con **platos sabrosos** a la par que elegantes, como su maravilloso **Camarón soldado de Mogán** macerado en **aceite de pipa de almendro quemada**.

Bib Gourmand

Este reconocimiento se entrega a esos establecimientos que mantienen una buena relación calidad/precio y donde destaca la **cocina** sencilla, pero elaborada de forma hábil, a un precio

asequible.

Estos son los restaurantes canarios reconocidos con este galardón:

Furancho La Zapatería, San Sebastián 57, El Aguarde, Silbo Gomero, La Bola de Jorge Bosch y El Secreto de Chimiche (Tenerife); El Equilibrista 33 (Gran Canaria); El Jardín de la Sal (La Palma) y El Risco (Lanzarote).

Los recomendados

Identifican una **cocina** de calidad que reconoce a los **restaurantes** que no [poseen](#) **estrellas** o **Bib Gourmand**, pero que sí brindan una agradable experiencia. En **Canarias** se incluyen en esta lista:

Brunelli's, Donaire, El Taller Seve Díaz, Etéreo by Pedro Nel, Goxoa, Il Bocconcino by Royal Hideaway, Jaxana, Kensei, Kiki, La Cúpula, La Sandunga, qapaq, Shibui, Txoko y Zumaque (Tenerife); Aguaviva, Kamezí Deli & Bistró, La cocina de Colacho, Lilium, Palacio Ico, SeBe y Tacande (Lanzarote); Casa Brito, Casa Romántica, Deliciosamarta, El Santo, Nákar, Qué Leche, Réver y Sorondongo (Gran Canaria); Casa Osmunda y El Rincón de Moraga (La Palma).

Mojo canario se remonta a la época prehispánica

Canarias siente especial orgullo de los mojos, esa salsa típica de la gastronomía isleña que se utiliza para acompañar platos como papas

arrugadas, pescados, carnes y verduras y muchísimo más.

Fotografías: Roger Méndez – Recetas: Chef Rogelio Quintero de Montesdeoca

El mojo, elaborado con una base de aceite, ajo, perejil, comino y vinagre, y existen diferentes variedades según los ingredientes adicionales que se utilicen.

El origen de los mojos canarios se remonta a la época prehispánica de las Islas Canarias.

Con la llegada de los conquistadores españoles en el siglo XV, se introdujeron nuevos ingredientes en la recetario canario como el aceite, el ajo y el comino, y la salsa evolucionó hasta convertirse en los mojos que conocemos hoy en día.

Los aborígenes guanches elaboraban con los cereales, una vez tostado y molido el grano, hacían gofio, también llamado por los guanches ahoren, que era consumido mezclado con agua, leche o manteca y también se comía con carnes y pescados.

“Los Molho”

El término “mojo” proviene del portugués “molho”, que significa salsa o adobo. Los “molhos”, se puede decir que es el origen, la raíz de los mojos canarios.

La pesca siempre ha sido una actividad muy importante en Portugal, y Canarias fue puerto de muchos visitantes y comerciantes, que claro está, fueron añadiendo costumbres culinarias de cada país o región.

Los marineros portugueses de la época usaban el “Molho” para darle sabor a los productos del mar que capturaban y consumían a bordo de sus barcos.

Canarios de pura cepa

Con el tiempo, los [mojos canarios](#) se han convertido en un elemento fundamental muy arraizado en la gastronomía de las islas.

Existen más de 20 variedades según los ingredientes adicionales que se utilicen y varían también según la isla del archipiélago.

El mojo rojo, por ejemplo, se elabora con pimiento rojo palmero, ajo, comino, sal, vinagre y aceite, y se utiliza para acompañar carnes y pescados.

El mojo verde, por su parte, se elabora con cilantro, perejil, ajo, comino, sal, vinagre y aceite, y se utiliza para acompañar papas arrugadas y verduras.

Hoy día con la [creatividad culinaria](#) que posee el archipiélago en manos de sus cocineros ha dado paso a mojos de chocolate, por ejemplo.

El mojo es una salsa muy versátil, hay Mojo Negro, mojo hervido, mojo de Azafrán de la tierra, Mojo de aguacate, Mojo de Tomate, Mojo Palmero, Mojo de calabaza, Mojo de cilantro, Mojo dulce, etc.

Los mojos canarios son una muestra más de la riqueza y diversidad de la gastronomía canaria, su sabor y versatilidad han hecho que se conviertan en un elemento fundamental de la cocina tradicional canaria.

Son una deliciosa y creativa muestra de la influencia de diferentes culturas en la gastronomía de las islas.

Recetas



Mojos de Tomate, Perejil, Colorado Foto: Roger Méndez

Mojo de Azafrán de la tierra

Machacar en el mortero los dientes de ajos pelados, el azafrán (eliminándole previamente la humedad), la pimienta roja (sin semillas ni parte blanca), el orégano, el pimentón dulce y la sal gorda hasta pulir totalmente.

Añadir el aceite de oliva justo para ligar los ingredientes y posteriormente el vinagre.

Ingredientes

- 6 Dientes de ajo
- Hebras de azafrán de la tierra
- Pimienta roja picona
- Pimentón dulce
- Orégano
- Sal gorda
- Aceite de oliva virgen Vinagre de vino

Mojo de Tomate

En un mortero machacar los ajos pelados, la pimienta roja, pimentón, orégano y sal hasta pulir totalmente.

Seguidamente añadir los tomates finamente picados (pelados y sin semillas) y ligar con el resto de los ingredientes.

Por último, ligar la elaboración con el aceite de oliva que añadimos de forma paulatina, para terminar con el vinagre.

Ingredientes

- 6 dientes de ajo
- 8 tomates maduros pequeños
- Orégano
- Pizca de pimienta roja picona
- Pimentón dulce
- Sal gorda
- Aceite de oliva vinagre de vino

Mojo hervido

En un mortero machacar los ajos pelados, la pimienta roja (sin semillas ni parte blanca), el pimentón, los cominos, el orégano, el perejil y la sal hasta pulir totalmente.

Mezclar con el resto de los ingredientes y hervir unos minutos a fuego suave y remover.

Rectificar de salpimentado.

Ingredientes

- 6 Dientes de ajo
- Pimienta roja picona
- Pimentón dulce

- Orégano
 - Laurel
 - 3 ramas de perejil
 - Sal gorda
 - Pan abizcochado triturado
 - Aceite de oliva virgen
 - Vinagre de vino
 - Agua
-

Listado de las nuevas estrellas de la Guía Michelin España y Portugal 2022

La Guía Michelin España y Portugal 2022, presentada este martes en Valencia, no incluye ningún nuevo triestrellado, pero cuatro restaurantes españoles consiguen la segunda estrella y 27 la primera, además de que 41 logran el distintivo Bib Gourmand que premia la relación calidad-precio.

[Efeagro](#)

En el caso de Portugal, las [novedades](#) se reducen a los cinco que debutan con una y a los dos que reciben el sello [Bib Gourmand](#), y Andorra luce una primera estrella.

Éste es el listado de las nuevas estrellas de la [Guía Michelin España](#) y Portugal 2022.



Listado de las nuevas estrellas de la Guía Michelin España y Portugal 2022. EFEAGRO/Kai Försterling

ESPAÑA

Dos estrellas:

San Sebastián (País Vasco) – Amelia by Paulo Airaudo

Madrid (Comunidad de Madrid) – Smoked Room

Mallorca/Canyamel (Islas Baleares) – Voro

Toledo (Castilla-La Mancha) – Iván Cerdeño

Una estrella:

Alcossebre (Comunidad Valenciana) – Atalaya

Barcelona (Cataluña) – Atempo

Castroverde de Campos (Castilla y León) – Lera

Dénia (Comunidad Valenciana) – Peix & Brases

Dima (País Vasco) – Garena

Gran Canaria/Las Palmas de Gran Canaria (Islas Canarias) –
Poemas by Hermanos Padrón

Haro (La Rioja) – Nublo

Ibiza (Islas Baleares) – La Gaia

Madrid (Comunidad de Madrid) – Deessa

Madrid (Comunidad de Madrid) – Quimbaya

Mallorca/Palma (Islas Baleares) – Zaranda

Marbella (Andalucía) – Nintai
Miranda de Ebro (Castilla y León) – Alejandro Serrano
Ribadesella (Principado de Asturias) – Ayalga
Sagunt (Comunidad Valenciana) – Arrels
Salamanca (Castilla y León) – Ment by Óscar Calleja
Santander (Cantabria) – Casona del Judío
Santander (Cantabria) – El Serbal
Santiago de Compostela (Galicia) – Auga e Sal
Sevilla (Andalucía) – Cañabota
Tenerife/Adeje (Islas Canarias) – Nub
Tenerife/Adeje (Islas Canarias) – El Rincón de Juan Carlos
Torre de Juan Abad (Castilla-La Mancha) – Coto de Quevedo
Valencia (Comunidad Valenciana) – Fierro
Valencia (Comunidad Valenciana) – Kaido Sushi Bar
Valencia (Comunidad Valenciana) – Lienzo
Zarza de Granadilla (Extremadura) – Versátil

PORTUGAL

Una estrella:

Lagos (Algarve) – Al Sud
Lisboa – Cura
Porto – Vila Foz
Reguengos de Monsaraz (Alto Alentejo) – Esporao
Tavira (Algarve) – A ver Tavira

ANDORRA

Una estrella:

Soldeu – Ibaya