

magazine traveling

EDICIÓN ESPAÑA

REVISTA DE VIAJES Y GASTRONOMÍA

Nº 58 Año 2023 Precio: 6,00 € - Canarias e internacional 8,00€



QATAR

La perla del Golfo Pérsico

LUBERON

Corazón de la Provenza

INNSBRUCK

Naturaleza alpina

AKKO

La ciudad de los Templarios

REVISTA DE VIAJES Y GASTRONOMÍA DIGITAL Y EN PAPEL



Festival Internacional de Artes Escénicas



**UN ESPACIO
DONDE EL ESPECTÁCULO FLORECE**

VICTORIA CHAPLIN/STOMP/NUDA/LES BALLETS DE TROCKADERO

DEL 20 DE ABRIL AL 4 DE JUNIO

ESPACIOIBERCAJADELICIAS.COM

Bienvenido a bordo

Ya huele a primavera, Semana Santa y vacaciones; ya sean escapadas o viajes para todos hay opciones. Con la naturaleza a punto de renacer, y deseando olvidar el invierno y el frío, las ganas de viajar renacen también. Ganas, todas; destinos, muchos.

Viajes impresionantes a la empoderada **Qatar** o milenaria **Akko (Acre)**, a caballo entre dos continentes ambos destinos son sugerentes, uno por su modernidad y otro por su pasado "templario".

Luberón, el corazón de La Provenza, nos invita a conocer algunos de los pueblos más bonitos de Francia, encaramados o suspendidos en montañas o durmientes en bellos valles; y todos en un entorno natural entre viñedos, olivares y bosques de una belleza que ya inspiró a generaciones de artistas. La Semana Santa es la excusa perfecta para Escapadas al corazón de Europa (**Innsbruck**), a la naturaleza (tras las huellas del oso pardo en **Asturias**), a la cultura (la Semana Santa de **Madrid**), o para una ruta enoturística a **Oporto**.

París, siempre será una opción muy a tener en cuenta, no hace falta decir por qué.

Las anécdotas viajeras de Manena Munar nos llevan por "**Caminos de Pasión**" y Hernando Reyes nos invita al milenario y espiritual **Benarés**, un viaje en blanco y negro que te tocará el alma.

Viajes de autor, y con mucha alma, de la mano de **Expediciones del Rift**, al corazón de África para descubrir sus secretos más escondidos y una forma de viajar menos convencional pero que toca muchas fibras.

Nuestras habituales secciones de gastronomía, **Traveling Gourmet**, Enoturismo y Cine completan este número con nuestras más recientes recomendaciones o informaciones.



Jose A. Muñoz
Editor



Rosario Alonso
Directora

Miembros de:



Ediciones OMO DOMO SL

Pol. Ind. Sta. Ana Cl. Electrodo 70-72
nave 49 28522 - Rivas Vaciamadrid
Madrid - (Spain) Tel: (+34) 911 126 744

El editor no se hace responsable de los contenidos aquí mostrados. Siendo por entera la responsabilidad de cada autor o colaborador. Así mismo, queda totalmente prohibida la reproducción total o parcial de la revista. Cualquier queja o reclamación sobre los textos o fotografías aquí mostradas, por favor envíenos un mail a redaccion@revistatraveling.com indicándonos sus datos y el motivo de la disconformidad para poder actuar convenientemente.

EDITOR

Jose Antonio Muñoz
joseantonio@revistatraveling.com

DIRECTORA

Rosario Alonso
rosario@revistatraveling.com

PUBLICIDAD

Rose Mary Sanchis
info@revistatraveling.com

REDACCIÓN

redaccion@revistatraveling.com

FOTOGRAFÍA

Coromina
josemcoromina@gmail.com

ENOTURISMO

Alejandro y Luis Paadín
alejandropaadin.es

Delegaciones

ARGENTINA:

Daniela Carniglia
daniela@revistatraveling.com

COSTA RICA:

José David Díaz Picado
jose.diaz@crmia.com

ESTADOS UNIDOS:

Veronique Perret
vperret@eventpremiere.com

MÉXICO:

Luís Armando Suarez
armando@revistatraveling.com

COLOMBIA:

Carlos Sanchez Urtiaga
carlos@revistatraveling.com

Colaboran

Luís Y Alejandro Paadín
alejandropaadin.es

Miguel A. Muñoz Romero
miguelmunozromero@gmail.com

Hernando Reyes Isaza
hreyes@altum.es

Manena Munar
manena.munar@gmail.com

Julián Sacristán
comunicacion@wfm.es

Kiara Hurtado
kiara.hurtado.prensa@gmail.com

Depósito Legal: M-1097-2018

ISSN: 2660-8146



Traveling



06 VIAJES DE AUTOR

QATAR

La perla del Golfo Pérsico

20 DISEÑO Y ARQUITECTURA

INDIA

Arquitectura humana de Benarés

28 VIAJES

AKKO (ISRAEL)

La Ciudad de los Templarios

34 VIAJES EXPERIENCIALES

RIFT VALLEY EXPEDITIONS

Donde comienza la aventura

38 VIAJES

48 HORAS EN PARÍS

Qué ver y hacer si sólo tienes 48 horas

42 TURISMO RURAL

LUBERON

Corazón de la Provenza

48 SEMANA SANTA

4 ESCAPADAS

Innsbruck, Asturias, Madrid y Oporto

50 SEMANA SANTA

INNSBRUCK

En el corazón de Europa

52 SEMANA SANTA

ASTURIAS

Tras las huellas del oso pardo

60 SEMANA SANTA

MADRID

Semana Santa de Madrid

64 SEMANA SANTA

OPORTO

Escapada enoturística a WOW



CONTENIDOS

Revista Traveling Nº58

Año 2023

SUMARIO

SECUENCIAS

EL JARDÍN BOTÁNICO DE MADRID
Un oasis en el centro de la ciudad

68

LUGARES PARA SOÑAR

BANGKOK (Hotel Capella)
LUBERON (Hotel Le Domaine D'Agia)

72

CON EL CINE EN LA MALETA

El Banco con Sarah Sanders
¡Qué Jarte! - Señor B - Ella sola se murió

80

LA VENTANA DE MANENA

CAMINOS DE PASIÓN
Entre bambalinas de la Semana Santa ...

84



89

RUTAS DEL VINO

RIBEIRO
Historia, paisajes y vino

94

ESTRELLAS EN LA COCINA

ABABOL
Entrevista a Juan Monteagudo

100

PRODUCTOS

EL ARROZ DE VALENCIA
Sello de calidad

106

RESTAURANTES PROBADOS

RESTAURANTE LHARDY
El clásico que siempre es tendencia

112

RESTAURANTES PROBADOS

EL MESÓN DE FUENCARRAL
Esencia de los fogones castellanos

116

PRODUCTOS

CHOCOLATE VINTE VINTE
El chocolate con efecto WOW

120



PORTADA

Doha
Distrito de West Bay



PORTADA

Torrijas
Llega la Semana Santa



traveling



VIAJES DE AUTOR

QATAR

Encanto exótico, vibrante, lujo y tradición:
la perla del Golfo Pérsico

Texto y fotografía: Jose Antonio Muñoz



QATAR es para muchos sinónimo de lujo y opulencia, para otros simplemente la escala en su vuelo entre Europa y Asia, ya que la compañía aérea QATAR AIRWAYS, transporta cientos de miles de pasajeros y el aeropuerto de Doha, su capital, es el gran Hub que une los continentes de Asia y África con Europa y América. Un pequeño país que actualmente además de ser una potencia energética pretende abrirse al turismo y ser el centro empresarial entre Europa y Asia.

Grandes eventos como el último mundial de fútbol han colocado a Qatar en el mapa; esa pequeña península del mar Árabe entre Baréin, Arabia Saudita y Emiratos Árabes, en pleno Golfo Pérsico.

Una aproximación a Qatar implica conocer su historia, para ello nada mejor que visitar su Museo Nacional; en él de forma muy didáctica nos van a contar toda su historia, aunque no es muy extensa, pero si resulta muy interesante.

Durante muchos siglos, Qatar estuvo en manos de los persas. Luego, pasó a formar parte del Imperio otomano hasta 1915. El emir Abd Allāh firmó un tratado con el Reino Unido en 1916 por el cual el Emirato se convirtió en Protectorado británico hasta 1971 en que obtuvo la independencia.

El pueblo catari autóctono actualmente representa sólo el 18% de la población y es de dos procedencias; los pueblos del desierto, pueblos nómadas dedicados al co-

mercio y al pastoreo y los pueblos de la costa, establecidos y dedicados a la extracción de la perla salvaje y al comercio marítimo. Eran pueblos con economías pobres, además cuando a principios del S. XX comienza a producirse la perla de cultivo, esta industria cae en total decadencia en Qatar. No es hasta la segunda década del S. XX cuando comienza a extraerse el gas, pero con la llegada de la Segunda Guerra Mundial, todo queda paralizado. Tras la Segunda Guerra Mundial, desarrollaron técnicas de extracción y licuado de gas pasando de ser un país pobre a ser uno de los de mayor renta per cápita del mundo. Actualmente su principal fuente de economía son los hidrocarburos, siendo la tercera potencia mundial de gas natural tras Rusia e Irak.

Hoy en día Qatar busca diversificar y atraer turismo para convertirse también en una potencia turística. Tras organizar los Juegos Olímpicos asiáticos de 2003 y el pasado año el Mundial de Fútbol 2022 y firmar con la Fórmula 1 por 10 años, esta nación pretende atraer a un gran número de turistas cada año; se ha preparado a conciencia y ha creado una serie de ciudades o distritos que sin duda despiertan la admiración de cuantos visitamos Qatar. La nación es pequeña y de norte a sur podemos recorrerla en el mismo día.

Podemos desayunar en el centro de Doha rodeados de enormes rascacielos con formas caprichosas donde el cristal y el acero son los indiscutibles reyes y, terminar el día cenando y pasando la noche en el sur en pleno desierto en un complejo de "jaimas lujosísimas" contemplando el infinito cielo estrellado. Vamos a proponeros una serie de lugares imprescindibles a la hora de visitar Qatar.



Museo Nacional de Qatar

Una rosa del desierto de 40.000m² es el Nuevo Museo Nacional de Qatar, diseñado por Jean Nouvel, un afamado arquitecto francés; esta joya arquitectónica, laberinto de aristas y planos oblicuos es sin duda emblema del origen de esta nación. Situado en Doha, desde uno de sus extremos podemos observar el puerto.

Su interior está dividido en 12 galerías por las que vamos pasando del origen del mundo, los primeros vehículos a motor traídos en barcos, las primeras extracciones de crudo y gas, hasta el Qatar de nuestros días con las últimas tecnologías multimedia. Es realmente sorprendente como han conseguido realizar proyecciones en paredes no rectas y en muchos casos con aristas que cruzan los planos, salvando con espejos los cortes de las proyecciones o superponiendo dos proyectores; toda una obra de arte en sí. En el Museo veremos con recreaciones a tamaño natural y una gran cantidad de objetos expuestos la forma de vida tradicional de los primitivos pueblos del desierto y de los de la costa, así como testimonios reales de pescadores de perlas y del riesgo que suponía su pesca.



Entrada al Palacio del primer Emir de Qatar, hoy dentro del Museo Nacional



Primeros utensilios utilizados para la extracción del gas y del crudo



VIAJES DE AUTOR

Representación de la flora en el desierto



Utensilios de la vida en el desierto

Utensilios de la vida en el desierto



Espacio dedicado a la fauna del país



3-2-1 Qatar Olympic and Sports Museum



Un edificio de cristal y acero circular que como toda construcción en Qatar no te va a dejar indiferente. Situado al lado del Estadio Internacional de Jalifa, muy cerca de la torre de la antorcha que dio luz en los pasados Juegos Olímpicos asiáticos de 2003, situado en el distrito de Al Rayyan. El Museo, con sus 5 niveles, alberga todo tipo de deportes y curiosidades deportivas. Comenzamos la visita con todo lo que concierne al fútbol y al Mundial de Qatar 2022; bufandas, balones, camisetas... posters y recuerdos de todas las copas del mundo celebradas.

Seguimos por los juegos de pelota precolombinos, los juegos olímpicos recreando la historia desde la antigua Grecia hasta nuestros días... En la sala de las antorchas olímpicas están representadas todas ellas y claro no podían faltar ni las medallas ni las mascotas de cada una de las olimpiadas.

Seguimos recorriendo salas y descubriendo curiosidades y objetos de cada uno de los deportes representados; hay muestras de todos los deportes con sus máximas figuras, sus curiosidades y logros. Este museo promueve y facilita la investigación académica y es miembro de la Red de Museos Olímpicos, que actualmente cuenta con 22 en todo el mundo. En su amplia biblioteca deportiva podremos encontrar cualquier libro deportivo para consulta o estudio. Además, dispone de una gran sala para reuniones y conferencias. No hay deporte que no esté representado en este museo.



Vitrina con todas las mascotas olímpicas creadas hasta el momento



Sala de las antorchas olímpicas



Sala del Museo dedicada a deportes de contacto



Museo de Arte Islámico

El edificio se encuentra sobre una isla artificial unida al paseo por un puente de unos 60 metros. Diseñado por el arquitecto chino Leoh Ming Pei, quien también diseñó la pirámide del Museo del Louvre en París. Se trata de un edificio basado en la mezquita de Ahmad Ibn Tulun, en El Cairo, considerada una de las joyas del islam.

La cúpula está cubierta por una construcción cúbica con forma de nikab (velo tradicional que aún siguen usando algunas mujeres) y sólo es posible ver la cúpula desde el interior del museo. Las escaleras se encuentran en el vestíbulo principal y cuentan con un diseño espectacular. Toda la decoración está basada en el arte islámico tradicional. El interior fue diseñado por el arquitecto y diseñador francés Jean-Michel Wilmotte.

En la primera planta nos encontraremos con dos terrazas simétricas desde donde podemos ver el skyline del distrito West Bay de Doha, una sucesión de rascacielos con formas caprichosas, y si tenemos suerte veremos cruzar la bahía algún dhow (embarcación de madera típica de Qatar). El selfi aquí es de obligado cumplimiento. Además, en las terrazas suelen haber exposiciones temporales de escultura.

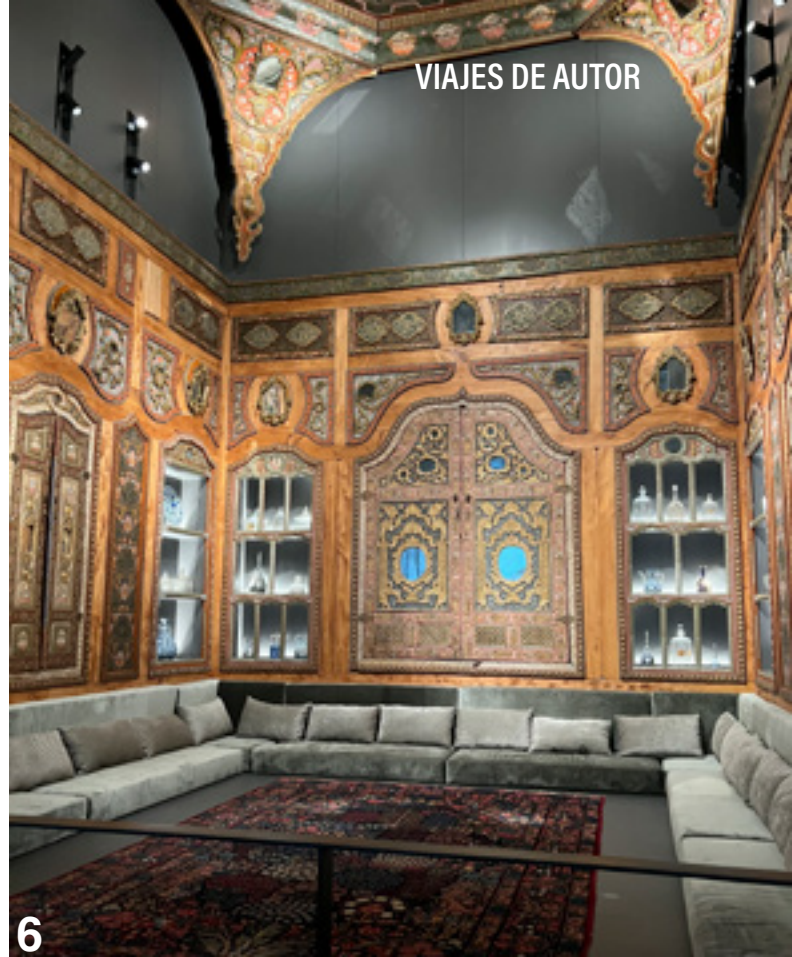
En sus salas se pueden encontrar varios espacios expositivos, con obras de arte islámico llegadas de varios países.

Además de piezas de arte andalusí, egipcio, iraní y de otros países hay colecciones de cerámica, metal, vidrio, textiles y manuscritos con varios siglos de antigüedad. Una de las salas más importantes es la de las armas, aquí se exponen todo tipo de armas utilizadas por los diferentes pueblos a lo largo de la historia, pero la joya de la sala es una armadura otomana completa (guerrero y caballo)





3



6

- 1.-Fachada principal del Museo
- 2.- Armadura otomana
- 3.- Tapiz-puerta para la Kaaba
- 4.- Terraza del Museo y vista del skyline de Doha
- 5.- Interior del Museo, hall principal
- 6.- Interior del salón de una casa típica catari
- 7.- Alfombra bordada con perlas, rubies y turquesas



4



5



7

West Bay



Skyline de Doha



Es la zona que más nos llama la atención por lo llamativos que son sus edificios; enormes edificios de acero y cristal con formas caprichosas formando un Skyline indescriptible. Sea de día o de noche la espectacularidad está más que garantizada, pues cuando las luces se encienden es indescriptible. Se trata del distrito financiero de la capital y alberga diversas sedes,

ministerios, oficinas y por supuesto importantes hoteles y las más lujosas tiendas. Algunos de los edificios más emblemáticos son "El Tornado", se llama así porque parece girar con el viento, el "Burj Qatar" un edificio en forma de bala galardonado con el premio Pritzker de arquitectura o el "Centro de Exposiciones y Convenciones" (DECC), reconocible por

su fina cubierta flotante. Si tu visita no es muy larga, nuestro consejo es que hagas una panorámica rápida por el interior de este distrito en coche para después admirarlo desde fuera, bien sea desde el puerto de Doha o desde el museo de arte islámico, que son dos de los puntos donde mejor vas a poder ver este Skyline en todo su esplendor.

Katara

El “**poblado cultural de Katara**” se encuentra dentro del distrito de **West Bay**. Este poblado busca representar lo que en su día fue un poblado marino; en él vamos a encontrar con los típicos palomares y un entramado de callejuelas para llegar a dos de sus mezquitas más singulares, la Mezquita Dorada, toda recubierta de oro y la Mezquita Azul. Antes de marcharnos de Katara debemos visitar su anfiteatro; construido íntegramente con mármol travertino italiano. Busca el estilo de un teatro clásico griego, pero con toques tradicionales del islam. Tiene un aforo para 5.000 personas y por su escenario han pasado los más importantes artistas internacionales.



Escenario del anfiteatro de Katara

Mezquita Dorada en Katara



Antiguos palomares en Katara



Lusail

Es una de las últimas ciudades o distritos en construcción; por sus calles encuentras decenas de operarios y altas grúas construyendo enormes edificios, que como en todo Qatar sorprenden por la creatividad arquitectónica. Lusail se encuentra a unos 15 km de Doha; la ciudad tendrá unos 35km² y capacidad para unos 200.000 habitantes. Tendrá importantes zonas de comercio, restauración y oficinas. A parte del Estadio de Lusail, que tras el mundial será reducido a la mitad de su capacidad, uno de los edificios más emblemáticos de todo Qatar se encuentra en esta ciudad, tiene forma de dos cimitarras cruzadas, símbolo de su escudo (o de la media luna árabe). Fabricado en hormigón y cristal, tiene 218 metros y es ya el edificio insignia del país asiático. En este edificio se albergan dos lujosísimos hoteles, el primero abrió sus puertas para recibir a la directiva de la FIFA durante el Mundial y el segundo hotel en unos meses abrirá sus puertas.



Lusail



La Perla de Qatar

La Perla de Qatar se construyó en el lugar donde antiguamente trabajaban los pescadores de perlas, de ahí su nombre. Es una isla artificial de casi 14 km², conformada por 12 distritos. Hasta hace relativamente poco ninguna persona que no fuese catari podía comprar propiedad alguna, excepto en La Perla que se permitía a los extranjeros ya que era un espacio ganado al mar. Esta zona residencial cuenta con unas 25.000 viviendas. Uno de los distritos centrales es **Viva Bahriya**, un conjunto de 29 torres dispuestas en forma semicircular y en el centro una playa privada; cuentan con piscinas y gimnasios, ¡todo un lujo!

Dentro de los distritos más visitados está el **Qanat Quartier**, un barrio creado a semejanza de Venecia, con sus canales, sus vaporetos, y hasta su puente Rialto.

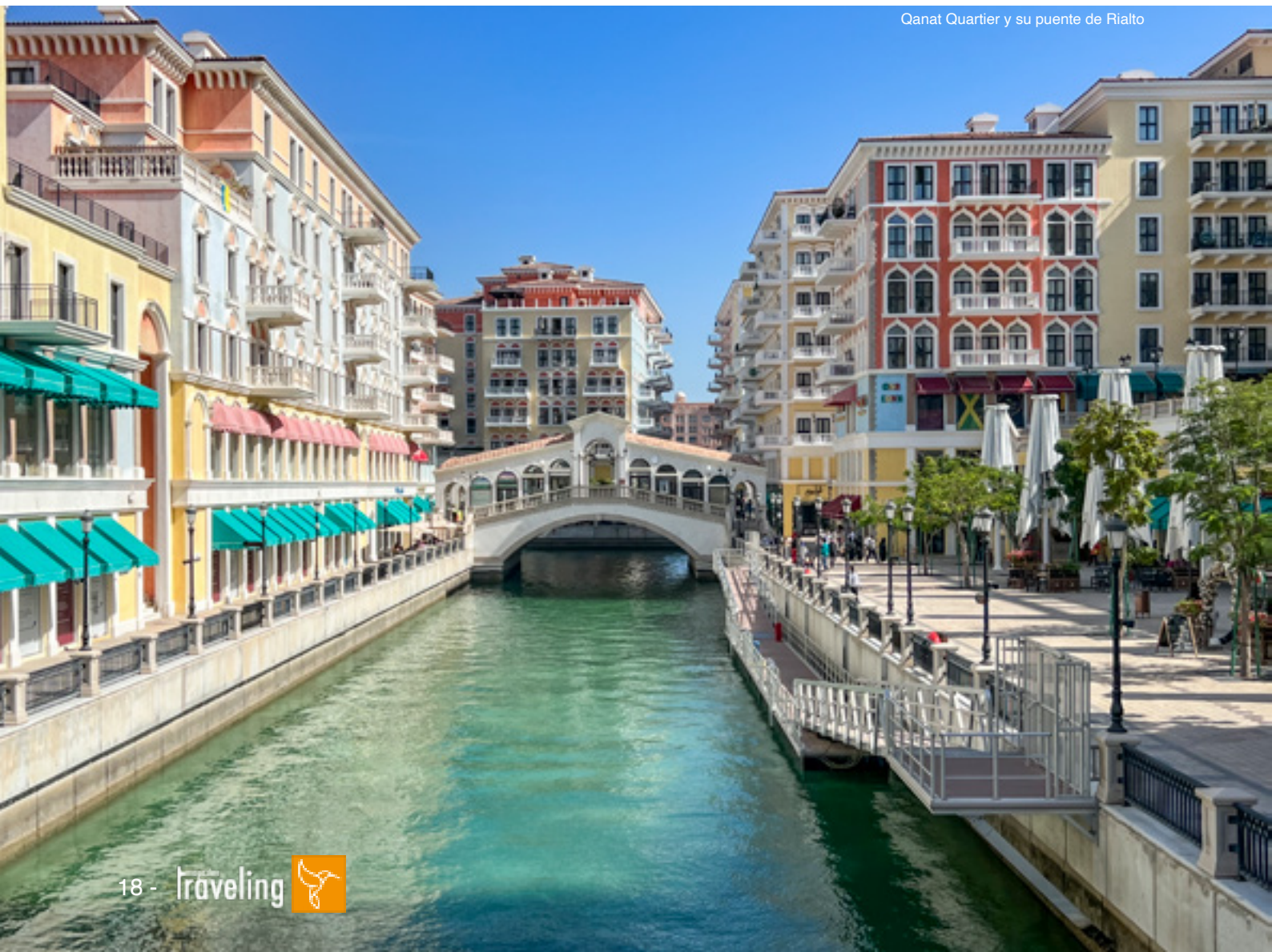
En **Medina Centrale**, otro de los distritos, nos vamos a encontrar la típica ciudad mediterránea, casas de colores y una importante zona comercial con más de 130 tiendas; además siempre hay en sus plazas multitud de exhibiciones y eventos para toda la familia.

“

La Perla de Qatar es una isla artificial, conocida por su belleza y su estilo de vida exclusivo

”

Otro de los distritos es **Porto Arabia** muy similar y casi simétrico a Viva Bahriya; es el distrito más antiguo, cuenta con 30 torres residenciales que rodean un gran puerto deportivo circular; además de un delicioso paseo en él vas a encontrar multitud de tiendas y restaurantes, los hay para todos los gustos; griegos, sirios, italianos, armenios, japoneses, cocina mediterránea... ¡muy difícil decidir dónde comer o cenar! Para terminar el día nada mejor que un paseo rodeando el puerto y viendo lujosísimos yates amarrados.



Qanat Quartier y su puente de Rialto



Paseo marítimo de Porto Arabia en el corazón de la Perla de Qatar

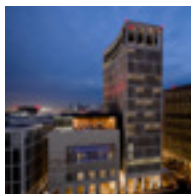
Cómo llegar

Qatar Airways vuela desde Madrid y Barcelona con una frecuencia diaria. Los aviones son de última generación (A-350 y los Boeing 787-8 Dreamliner) por lo que la comodidad está más que garantizada.

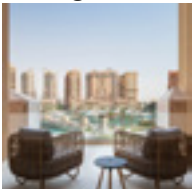


Dónde dormir

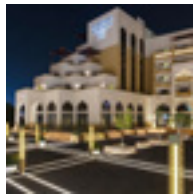
Park Hyatt Doha



St Regis Marsa Arabia



Al Najada Doha Hotel by Tivoli



Dónde comer

Damasca One

Cocina siria



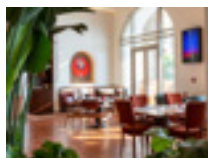
Restaurante IDAM

Cocina de autor y de proximidad



Restaurante NAR

Alta cocina turca



Marsa Katara

Especialidad en cocina mediterránea



Clima

Qatar tiene un clima desértico, con sol todo el año, temperaturas extremas durante el verano e inviernos suaves. Las temperaturas medias oscilan entre los 17 °C en enero y los 40 °C en julio, alcanzando a veces máximas de más de 45°C durante los meses de verano.

Datos de Interés

Moneda: es el El rial catari, el cambio viene a ser 1€ = 3,60 QAR

Idioma: el idioma oficial es el árabe, pero todo el mundo habla inglés.

Transporte: El Taxi y Uber son medios muy habituales; también dispone de varias líneas de Metro que conectan los diferentes puntos turísticos.

Más información





Arquitectura humana de Benarés

Texto: Hernando Reyes Isaza

Fotos: Laurent Goldstein

A orillas del Ganges, Benarés es la capital del Estado indio de Uttar Pradesh y también la casa del fotógrafo francés Laurent Goldstein quien dirige su mirada en exclusiva para Traveling con la estética de los primeros fotógrafos del s. XIX y de grandes maestros de la pintura.

Benarés está en las orillas del Ganges, en el Estado indio de Uttar Pradesh, y en este país se conoce como Varanasi. Tuvo su apogeo y prosperidad en el siglo XI antes de Cristo. Según la leyenda hindú, Benarés tiene más de 5.000 años y está considerada la ciudad más antigua del mundo, si bien sólo existe evidencia de haber sido habitada sólo desde hace 3.000 años. No hay duda de que es la capital espiritual de la India y que atrae a cientos de peregrinos que llegan a bañarse en las aguas sagradas del Ganges y a practicar rituales funerarios.

Un fascinante laberinto místico

La ciudad, con 2.000 templos, es el lugar santo por excelencia para los hindúes y jainistas y jugó un importante papel en el desarrollo del budismo, pues Buda dio su primer sermón cerca de aquí, en Sarnat, en el año 528 antes de Cristo. También se dice que Jesús pasó seis años aquí y que recibió la influencia de sus salmos. Además, varios santos musulmanes están enterrados en diferentes cementerios y Guru Nanak visitó la ciudad y sentó aquí las bases para la fundación del sijismo.

Más allá de los aspectos culturales o de las creencias de sus visitantes, todos pueden encontrar fácilmente aquí una conexión con sus propias raíces. La arqueología, la

mitología, la geografía, el arte y la historia han hecho de Benarés, desde hace varios miles de años, un gran centro de la cultura india y un importante foco de la devoción hindú, a través de sus peregrinos, el misticismo y la poesía, que han contribuido a su reputación como centro de importancia cultural, educación religiosa, centro artístico y musical. No en vano muchos filósofos indios, poetas y escritores han tenido aquí su residencia. Éste es el caso de Tulsidas, Kabir o Ravidas.

Fue en Benarés donde se desarrolló la célebre “gharana”, esa variante clásica de la música clásica hindustaní y también donde se estableció la Banaras Hindu University (BHU) la universidad con las residencias estudiantiles más grandes de todo Asia.

Benarés creció también como importante centro industrial, que se granjeó una buena fama gracias al comercio de sus saris, sus telas y sedas, alfombras, artesanías, perfumes o esculturas, que se hicieron populares en todo el mundo gracias a la Ruta de la Seda.

La arquitectura casi indescriptible de Benarés recuerda las ciudades reproducidas en las pinturas primitivas europeas que se pueden ver en el Museo del Prado de Madrid. Sin olvidar a esos personajes pintorescos que surgen del laberinto de callejones que conducen irremisiblemente al Ganges.



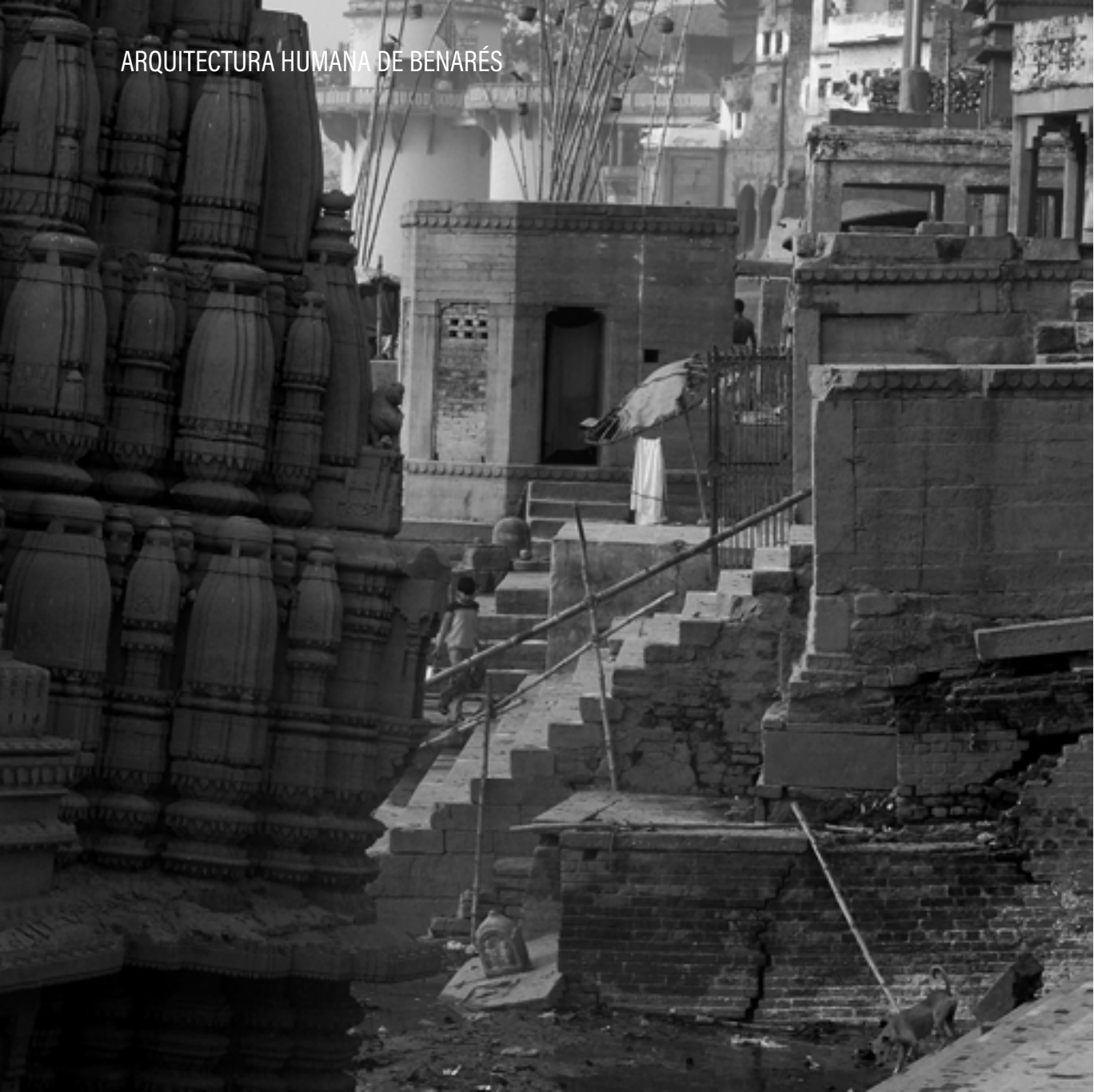
“

A medida que caminas más cerca del Ganges, terminas mirándote a ti mismo

”











Nacida por y para la LUZ

La luz es extraordinaria ya sea al amanecer, cuando el sol convierte las aguas sagradas en un néctar de oro y plata, o al anochecer, cuando la puesta de sol da una sombra especial que se interpone entre los sueños y la realidad. Esta ciudad es la tierra de los colores, donde un amplio espectro de gamas y tonalidades se convierte en un paraíso para cualquier fotógrafo.

Aquí el tiempo parece haberse detenido y probablemente se mantiene la misma atmósfera que debió existir hace 2.000 años. Por eso, como profesional de la imagen, es interesante trabajar en blanco y negro y descubrir las huellas de los primeros fotógrafos del S. XIX, como Samuel Bourne, Madho Prasad o Brajo Gopal Bromochary; pero también tiene gran valor rendir homenaje a las lentes de Raghu Rai, Henri Cartier-Bresson y

Louis Nou, quienes hicieron algunas de sus mejores imágenes en esta increíble ciudad.

A lo largo del Ganges, las relaciones con las personas son diferentes a las del resto del mundo. Por eso Goldstein intenta capturar el alma de las personas y mostrar la belleza interior de quienes se cruzan en su camino.

Benares se convirtió en su tema favorito y aquí percibe y capta, en una especie de conjunto bíblico, personas que la mayoría de las veces están envueltas en un estado de gracia.

“Sin embargo, cuando todo está dicho y hecho, lo que hace que este fascinante lugar sea tan diferente de cualquier otra ciudad del mundo es que a medida que caminas más cerca del Ganges, terminas mirándote a ti mismo”.



Laurent Goldstein

Fotógrafo francés, director de arte, cineasta y diseñador que vive y trabaja en Benarés. Después de viajar por el mundo entero, se estableció aquí y creó Red Halo, una marca de ropa de hogar en la que ha involucrado a muchas personas que viven en dificultades. Siempre con una cámara fotográfica encima, Goldstein aprendió los secretos de la fotografía en Estados Unidos. En su foco artístico tienen un papel protagonista la memoria, la poesía y la nostalgia. La memoria es la clave que lleva de una imagen a otra y, en particular, la memoria involuntaria, ya que Benarés actúa sobre él como el "episodio de la magdalena" en "En busca del tiempo perdido" de Marcel Proust.

En la Ciudad de la Luz, se transporta a un tiempo pasado gracias a ejercicios sensoriales de memoria desencadenados por olores, imágenes, sonidos o percepciones. Siempre encuentra algo que podría estar relacionado con el comienzo de la Historia y que está también profundamente en nuestras almas; es esto lo que precisamente trata de capturar para compartirlo con el espectador.

Y, como dijo Proust, "el recuerdo de las cosas pasadas no es necesariamente igual a cómo eran las cosas del pasado", por lo que Laurent dirige su mirada a este lugar con una estética que está influenciada principalmente por el trabajo de los primeros fotógrafos del siglo XIX, y por Henri Cartier-Bresson y Raghu Rai, pero también por los maestros de la pintura, desde los primitivos europeos hasta los impresionistas que supieron calibrar la importancia de la luz y del encuadre. Sin embargo, su trabajo sigue siendo espontáneo y lleva el mensaje de que cualquiera que sea la identidad de las personas, sea cual sea su cultura, todos estamos conectados, "todos somos hermanos".

Laurent publica y exhibe sus fotografías en galerías de arte de todo el mundo y lo hace para mantener la educación de un colectivo de niños en Benarés y apoyar a la organización Derechos Humanos.



AKKO

la Ciudad de los Templarios

Texto: Rosario Alonso - Fotos: Turismo de Akko



Akko, Akka o Acre es una fusión de culturas y religiones. Su casco antiguo concentra su historia y esencia y por ello perderse por sus laberínticas calles y dejarse llevar por las historias que nos cuentan es la mejor manera de conocerla.

Acre tiene además un secreto, o dos: una ciudad en la superficie y otra subterránea.

Declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 2001 es un reconocimiento a su historia y a su valor patrimonial. En la cima de un promontorio, al norte de la bahía de Haifa (Israel), la ciudad de Acre atesora una historia muy antigua. Ya griegos y romanos la convirtieron en uno de los principales puertos del Mediterráneo. Pero, sin duda, su momento histórico más importante fue el periodo de las Cruzadas. Protegida por las murallas que construyeron los romanos y ubicada junto a un puerto de aguas profundas era el lugar idóneo para el establecimiento de los Caballeros de la Orden del Temple durante sus incursiones en Tierra Santa.

Los Hospitalarios fueron una orden militar formada por monjes que atendían a los enfermos en Tierra Santa y velaban por la seguridad personal de los peregrinos que acudían a visitar los lugares santos; dirigían hospitales en Jerusalén y Akko (Acre). El Reino de Jerusalén se funda en 1099 tras la Primera Cruzada con la conquista de la Tierra de Israel. Jerusalén sería la capital del reino y Acre (inicialmente llamada San Juan de Acre) se convertiría, poco después, en una ciudad portuaria además de principal puerta de entrada a Tierra Santa.

Tras la batalla de Karni Khatin de 1187, en la que el ejército cruzado resulta derrotado, el reino sería tomado por Saladino, jefe de los ejércitos musulmanes, quien lo retendría unos cuatro años. En 1191 y después de dos años de asedio, Ricardo Corazón de León logra tomar Acre. En esta cruzada los cristianos no logran liberar Jerusalén y deciden establecer el nuevo reino a lo largo de la llanura costera entre Tiro y Ascalón, convirtiéndose así Acre en la capital del reino y nexo de unión entre Tierra Santa y la Europa cristiana durante 100 años. La Orden Hospitalaria que residía en Jerusalén trasladó su sede a Acre, ampliando su cuartel general y construyendo un fantástico complejo. Este es el origen de la **Fortaleza Hospitalaria**, sin duda el edificio más representativo y espectacular de la ciudad.

La última batalla entre cruzados y musulmanes, 1290, se saldó con la victoria de los mamelucos al año siguiente; esta fecha marca el fin de la presencia cruzada en Tierra Santa.

Tras este acontecimiento la mayoría de los edificios de los cruzados fueron destruidos durante los siglos XVIII-XIX, cuando Akko-Acre pasó a ser parte del Imperio Otomano.

Las ruinas del periodo de los cruzados se descubrieron en Acre recientemente, en los años 50-60 del siglo pasado, pero todavía queda mucho por aflorar; de momento os resumimos lo que hoy día es visitable.



1

“

*El Reino de Jerusalén
se funda en 1099 tras
la Primera Cruzada.
Jerusalén sería la
capital del reino y
Acre se convertiría en
la principal puerta de
entrada a Tierra Santa*

”

La visita a la Fortaleza comienza por su patio central (explanada de unos 1.200 m² con un aljibe en el centro), que irá guiando nuestros pasos hacia el resto de las salas (Salas de los Caballeros). Pronto aparecerá una imponente sala, sin duda una de las estancias más impresionantes de la fortaleza, se trata de la Sala de las Columnas o comedor.

Otras salas son: Sala de los Azucareros (en ella se encontró un depósito con centenares de recipientes de cerámica conocidos como los azucareros), Sala de los Pilares (una superficie de 1.300 m² dividida en 15 espacios idénticos con bóvedas en forma de cruz), la Sala Bella (construida con piedras finamente talladas), Sala de los Prisioneros (llamativas son las cavidades cuadradas de los muros y los grilletes para sujetar a los prisioneros).

Antes de abandonar la Fortaleza Hospitalaria aún nos queda el asombroso Túnel de los Templarios.

Con una longitud de unos 350 m este túnel une la fortaleza con el puerto y fue usado como pasillo subterráneo conector de ambos lados. Fue descubierto por casualidad en 1994, y abierto al público en 1999.

Abandonamos la ciudad subterránea, la ciudad cruzada, y buscamos sus otras historias. Decidimos verla desde

sus murallas, por las que es posible pasear, construidas por Dahar el - Omar en 1750. Las vistas son impresionantes.

La Mezquita Al-Jazzar (la Mezquita Blanca), vistósísima e inconfundible por el intenso color verde de su cúpula y minarete, pasa por ser la más grande de las construidas en la época del dominio otomano y sólo superada en tamaño por alguna de Jerusalén; el cruel gobernador Jazzar Pasha ordenó su construcción (1775-1781) y en ella reposan sus restos. Precedida por una gran plaza en la que los fieles realizan las abluciones antes de entrar a orar su interior es impresionante.

La Mezquita El-Zeituna, a medio camino entre la Fortaleza de los Hospitalarios y el casco viejo de Acre. Su nombre está asociado a los olivos que una vez fueron plantados en su patio. También destaca por sus cúpulas verdes.

Museos como “**Tesoros de la Muralla**” o el “**Museo de Arte OKashi**” son parte del recorrido artístico de la ciudad.

La Sinagoga Or Torá (Sinagoga Tunecina). Después de la Primera guerra árabe-israelí comenzaron a llegar a Acre infinidad de judíos de Túnez, muchos de la isla de Djerba, allí acudían a una de gran belleza y en su memoria levantaron ésta en Acre. Todo el edificio, de 4 plantas, exhibe por dentro y por fuera, maravillosos mosaicos fabricados en el kibutz Eilón, con centenares de millones de piedras originarias de Israel. Estos mosaicos y vitrales narran la historia del pueblo judío y de la Tierra de Israel. Su visita debe concertarse anticipadamente.

Jan-el-Umdan era un activo e impresionante centro de comercio internacional cerca del puerto. En la planta baja estaban los almacenes donde los comerciantes depositaban las mercancías y en la planta superior estaban los alojamientos para los mismos. Del siglo XVIII descansa sobre unas soberbias columnas de granito de canteras de la zona.

Fotografías:

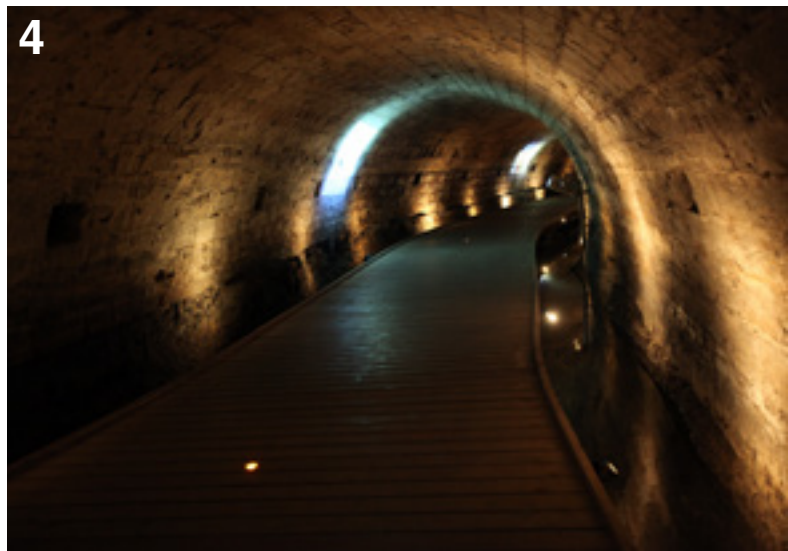
- 1.- Comedor de los cruzados en la Fortaleza Hospitalaria © Alla Laitus
- 2.- Mezquita Al-Jazzar
- 3.- Detalle de la muralla
- 4.- Túnel templario © Alla Laitus
- 5.- Vista del Shuk



2



3



4



5





Puerto de Akko y el edificio Jan-el-Umdan de fondo

La calle del Mercado (SHUK), que va del norte al sur de la ciudad, es la vía principal de la Ciudad Vieja y en ella se encuentra el mercado central de la misma. Lugar bullicioso y colorido, auténtico laberinto de callejones, en el que se puede comprar de todo, pero en el que destacan sobremanera los puestos de especias expuestas en coloridos sacos de rayas.

Para los viajeros culinarios Akko es el paraíso del hummus, el cual es un asunto familiar. Cada Hummusia (restaurante Hummus) tiene su propia tradición que se

remonta al pasado y a recetas familiares, además mantienen el nombre del fundador, aunque sean regentadas por varias generaciones posteriores. En Israel el hummus puede ser entrante, guarnición y hasta plato principal. En Shuk podréis disfrutar de este plato tan arraigado en la gastronomía israelí.

Justo al final del Shuk, el histórico **Puerto de Akko** hace acto de presencia. Visitado por infinidad de personajes históricos como Marco Antonio y Cleopatra, Marco Polo o Napoleón, es fiel testigo de la historia de Acre como ciudad portuaria internacional y puerta de acceso a Israel.



Cómo llegar

Es frecuente visitar Akko (Acre) como escala de un viaje más amplio desde Jerusalén o Tel Aviv. A unos 100 km de Tel Aviv y a unos 208 km de Jerusalén, desde los aeropuertos internacionales de estas dos ciudades el tren o el bus son opciones fantásticas, así como el alquiler de un vehículo que por unos 22 euros diarios, de media, proporciona bastante autonomía

Dónde dormir

ARABESQUE ARTS&RESIDENCE

Ubicado en el centro de Acre, en El Harizi Street



THE EFENDI BOUTIQUE HOTEL

Ubicado cerca de la playa en Louis Ha Tshi'i Street



Dónde comer

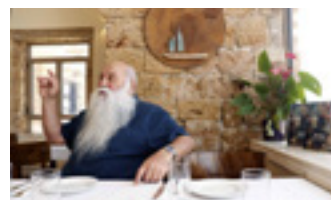
Como ya hemos mencionado, el hummus de Acre es algo tan imprescindible como su Fortaleza Templaria. Y para dar cuenta de su saber hacer, tres menciones: HUMMUS SHANSIA, dicen que es el mejor. Ubicado en el Mercado Local de la ciudad.

HUMMUS ABU ELIAS, con carne. Poco frecuente y buenísimo.

HUMMUS ABU HAMID, un clásico

RESTAURANTE URI BURI

especializado en gastronomía del mar (pescados y mariscos) capitaneado por su sin igual chef, Uri Yeremias.



Más información





Rift Valley Expeditions

Texto y Fotografía: Rift Valley Expeditions

Origen

Rift Valley es una aventura que no deja de evolucionar. Es la pasión de un grupo de emprendedores de Sabadell que se atrevieron a poner en marcha una agencia de viajes respetuosa con África, con su verdadera esencia y, sobre todo, con su gente. Una aventura diseñada con el objetivo de ir más allá; pensar más allá de lo convencional.

En 2014, tras un largo periplo que le llevó a viajar por todo el continente africano, Toni Espadas, fotógrafo con ADN emprendedor, esbozó en su cuaderno los primeros trazos del que iba a ser su proyecto de vida. Etiopía fue el flechazo. Luego vinieron decenas de países, centenares de viajes. Incontables experiencias.

Se trata de un desafío a lo establecido: ningún viaje será programado sin haber pisado previamente el terreno, ningún lugar del continente será tratado de forma irrespetuosa, ningún local será explotado.

A estos valores se les suma el ingrediente que prendió la mecha del proyecto Rift Valley Expeditions: la pasión por compartir lo vivido. El resultado es una comunidad de expedicionarios inconformistas dispuestos a explorar los lugares más auténticos y recónditos de África.

El valle del Rift es el hilo conductor del proyecto: desde las nómadas Afar del desierto, pasando por las tribus del Valle del Omo, continuando por los Turkana de Kenia, los Karamajong de Uganda o los Masais de las inmediaciones del lago Natrón.

Esta riqueza cultural, etnográfica, geográfica e histórica del Gran Valle del Rift es la seña de identidad de un proyecto que es mucho más que una agencia de viajes.

Acciones

Rift Valley trabaja por ofrecer viajes únicos y a destinos inéditos, tanto en grupo como en formato de viaje privado. Cuentan también con gran volumen de trabajo como proveedores de viajes con agencias de todo el mundo, con las que organizan y llevan a cabo itinerarios de programas sobre el terreno, con personal local que trabaja en sus siete oficinas situadas en el continente.

Además, actuamos como proveedores en la logística y organización de viajes para productoras audiovisuales en la realización de documentales y programas de televisión internacionales grabados en el continente africano. Algunos proyectos en los que ha trabajado Rift Valley Expeditions son Planeta Calleja (Cuatro), Atlántico (TVE), el corto documental Joy o AYIKA.



RIFT VALLEY EXPEDITIONS

Los viajes que ofrecemos se adecúan a todo tipo de gustos y necesidades: desde viajes inéditos por países donde pocas agencias llegan, hasta viajes solidarios, pasando por las rutas más habituales, viajes temáticos y experiencias acompañadas por expertos. Todos ellos generando el menor impacto negativo sobre las comunidades locales, respetando sus costumbres y creencias, así como fomentando la protección de la naturaleza, la fauna y la flora.

En las sedes de Madrid y Barcelona organizamos también actividades mensuales en las que hablamos no solo de nuestros viajes, sino también sobre la historia de uno o varios países, sobre libros con sus autores y autoras, sobre cultura y, en general, sobre el continente.

Destinos

Expediciones Rift: son la apuesta y novedad de Rift Valley Expeditions. Unas rutas con el objetivo de explorar los destinos de difícil acceso, donde en muchas ocasiones, nuestro equipo es pionero en abrir una ruta. En esta modalidad, siempre acompañados con un guía Rift, contamos con viajes a Angola, Camerún, Chad, Eritrea, Etiopía, Madagascar, Nigeria, Sudán y Sudán del Sur.

Viajes temáticos: son aquellos en los que se combina la pasión por viajar con otras aficiones y que aportan un valor añadido. Son viajes fotográficos, viajes de trekking y viajes de autor, en los que un especialista en



la temática hace de guía. En esta categoría se incluyen viajes a Argelia, Benín, Chad, Gabón, Etiopía, Kenia, Sudán del Sur o Uganda, entre otros.

Viajes solidarios: son viajes en los que unimos la experiencia de conocer un destino con la aportación de conocimiento útil en asociación con las comunidades y entidades locales. No son voluntariados, compartimos nuestros recursos y experiencia. Contamos con viajes solidarios a Etiopía a través de Runners for Ethiopia y Runners for Uganda.

Otras rutas: además de las mencionadas, Rift Valley Expeditions ofrece rutas a Botswana, Cabo Verde, Congo, Egipto, Gambia, Ghana, Gabón, Guinea Bissau, Islas Mauricio, Islas Seychelles, Lesoto, Malawi, Mozambique, Namibia, Ruanda, Santo Tomé y Príncipe, Senegal, Sudáfrica, Tanzania, Togo, Zambia y Zimbabwe.



En total, Rift Valley Expeditions cuenta con rutas por 37 países africanos que pueden conocerse a través de guías expertos. El equipo está formado por 72 personas, 12 de ellas en España y 65 en los diferentes destinos y oficinas en África.

La sostenibilidad

Elaboramos todos nuestros itinerarios y llevamos a cabo nuestros viajes basándonos siempre en el principio de la sostenibilidad. Entendemos los viajes como una oportunidad de intercambio cultural, como una experiencia para conocer otros puntos de vista, otras costumbres y formas de organización, en ningún caso como una explotación de los recursos culturales, personales o del medio ambiente.

Además, consideramos de gran importancia no solo viajar con nuestra filosofía, sino divulgarla para que otras personas y agencias puedan formar parte de un turismo respetuoso a todos los niveles.

Sedes en España

BARCELONA

C/ Alemany, 100 bajo
Esquina Carretera Barcelona
08201 · Sabadell
info@rift-valley.com
Tel. 93 768 51 11 / 690 131 487

MADRID

Gabinete Historia Natural
Calle de la Victoria, 9 1ª planta.
28012 · Madrid
Tel. 91 057 56 97 / 686 75 65 58

Rift Valley Expeditions



48 Horas



Avenida Champs Elysées y la Torre Eiffel

en París

Por: Kiara Hurtado - kiara.hurtado.prensa@gmail.com

Sea que lo vayamos a decir en voz alta o no, París es un punto fijo en nuestra lista de destinos soñados. Y es que los motivos para visitar la capital francesa no tienen límites, de hecho, nos sorprende cada vez más con todo lo que tiene para ofrecernos y todo lo que es capaz de transmitirnos. La grandeza de París puede que nos quede corta en un fin de semana; sin embargo, con el siguiente itinerario haremos que 48 horas sean suficientes para conocer sus monumentos más trascendentales.

Si bien París se hizo conocido como un símbolo del romance, hoy en día la ciudad es mucho más que eso, convirtiéndose en una de las ciudades de Europa con mayor historia, arte y extraordinarios eventos de moda y deporte. Además, es también una urbe que nunca duerme ofreciendo gran variedad de diversión nocturna.

Ya que nuestro tiempo es valioso en esta visita, es primordial buscar un alojamiento céntrico o que tenga un buen acceso al transporte público. Asimismo, es recomendable reservar todo con antelación, ya que los museos más conocidos pueden tener gran aforo, más aún si es fin de semana.

Para esta escapada el **hotel boutique Splendide Royal París de Relais Chateau** tiene la ubicación ideal, su estructura ofrece la oportunidad de vivir un condensado de emociones y experiencias entre el romanticismo y el estilo de vida parisino. Se ubica a tan solo unos pasos de la calle Faubourg Saint-Honoré y la famosa e histórica avenida Champs Elysées. El palacete particular construido en 1897 es una auténtica mansión familiar que encarna la elegancia y la sofisticación francesa, cuenta con 12 suites espaciales, una refinada decoración clásica y un diseño con toques italianos. Las habitaciones cuentan con suficiente espacio, lujo y comodidad como para hacer que esta sea una experiencia exclusiva, destacando también que la atención personalizada es un plus. Alojados en este hotel, el desayuno será la mejor manera de empezar el día, pues el hotel se ha encargado de que cada bocado sea un placer. Aquí se podrán probar los mejores croissants de mantequilla o del pan de chocolate, los que nos darán la primera bienvenida en nuestra escapada parisina. Splendide

Royal París alberga una excelente gastronomía representada en el restaurante Tosca, el cual con esencia italiana, es también una gran opción si lo que queremos es comer o cenar dentro de este hospedaje. Cabe resaltar, que el restaurante se encuentra en la guía Michelin, gracias a la excelencia de su sabor moderno y audaz, el cual ha logrado enamorar a los gastrónomos más exigentes.

Una vez instalados, es momento de descubrir París y qué mejor manera que hacerlo a través de una caminata empezando por la **Plaza de la Concordia**, este, es un punto estratégico para los turistas, pues siguiendo todo recto nos encontraremos con un agradable recorrido por el **jardín de las Tullerías** (en francés, jardin des Tuileries), el cual finaliza justo enfrente del **Museo de Louvre**. Sin duda, este museo es uno de los que tenemos que conocer por obligación en nuestra visita a París, pues dentro se encuentra una gran colección histórica con piezas como la Mona Lisa o la última cena de Jesús, además de históricas colecciones de arte y pintura orientales, egipcias y romanas. Después de un merecido descanso, alrededor del Louvre hay muchos comercios para poder disfrutar de unos deliciosos crepes. Dependiendo de como esté nuestro modo explorador, siempre podemos seguir conociendo barrios específicos como el barrio **Montmartre** o **Montparnasse**, donde podemos pasar la tarde y por qué no, tomar un aperitivo o cenar en alguno de estos restaurantes típicos parisinos. Esta guía, se ha guardado para la segunda jornada lo mejor. Así, empezamos el día en dirección opuesta al anterior día, dirigiéndonos a la avenida **Champs Elysées**. A puertas de la primavera, la capital francesa nos da la opción de disfrutar al aire libre de la belleza de sus calles. Por este camino llegamos a uno de los puntos imperdibles de la ciudad, el **Arco del Triunfo**. A partir de aquí comienza nuestro esperado encuentro con el mayor atractivo de Francia, es decir, la **Torre Eiffel**.

Para llegar hasta este punto, los amantes de la moda no podrán evitar recorrer la también emblemática calle Victor Hugo, donde se encuentran las boutiques y marcas más famosas. Todo una pasarela de la moda. Esta guía recomienda llegar a la **Plaza Trocadero**, pues desde aquí se pueden sacar unas fotos privilegiadas con la gran torre parisina de fondo.



Arco del Triunfo © ramaz-bluashvili



Terraza de la Elysee Suite - Hotel Boutique Splendide Royal Paris de Relais Chateau



Vista de la pirámide del Louvre al atardecer

Una vez que ya estamos en frente del romántico atractivo, el plan es disfrutar. Francia nos agradece la visita regalándonos atardeceres de ensueño y recuerdos para toda la vida. La tradición es beber una copa de vino hasta el encendido de las luces parisinas, que comienza al principio de la noche. El espectáculo de luces tiene lugar cada hora desde la puesta de sol hasta la una de la madrugada, las luces parpadean durante cinco minutos cada hora, sin embargo, el mejor espectáculo de todos es el último, cuando las luces amarillas de la Torre Eiffel y su faro se apagan. Subir a la torre es una experiencia adicional, para quien quiera elevar la experiencia a los cielos. Si aún tenemos energía, la ciudad siempre tendrá una gran oferta nocturna con bares y clubs que prolongarán una noche infinita. De este modo, ha quedado claro que París ciudad es mucho más que un templo del amor, es todo una experiencia que nos dejará con ganas de más de 48 horas.



© alex-azabache





Luberon

Corazón de la Provenza



Texto: Rosario Alonso - **Fotografía:** Jose Antonio Muñoz
Fotografía: Abadía de Senanque

Luberon, región francesa considerada el corazón de la Provenza, es un salpique de pueblos medievales que ofrecen unas espectaculares panorámicas a algunos de los macizos más famosos del sur de Francia como son Luberon, el Mont Ventoux, Montmirail, los Alpilles e incluso la montaña Sainte Victorie.

Un paisaje de pueblos encaramados o suspendidos de estas cordilleras así como de otros adheridos o adosados a la planicie en la que dichos macizos descansan; todos ellos tienen en común el estar en un entorno de hermosos valles, o entre olivares, viñedos o robledales, auténticos paisajes provenzales; su propio patrimonio medieval de calles (calades) estrechas con plazuelas, fuentes, capillas e iglesias, molinos y castillos, todos ellos testigos de su pasado histórico; poseer paisajes caracterizados por los cambiantes colores de sus campos, el lila de la lavanda, los verdes y marrones de las viñas, los diferentes ocres,

rojizos y hasta amarillentos de algunas tierras, posiblemente las más fotografiadas y pintadas de la Provenza. Pocas regiones francesas ofrecen tanta variedad de excursiones temáticas y con tanta especialización y profesionalidad. Turismo de naturaleza, viticultura, oleicultura, artesanía, historia y cultura, sin olvidarnos de la gastronomía provenzal, uno de sus más disfrutados reclamos. Múltiples ofertas que hacen de Luberon un lugar perfecto para el “turismo slow de calidad de vida”, que invita a frenar el ritmo habitual e impregnarse de un ritmo tranquilo en simbiosis con su entorno.

Nada como el emblemático 2 caballos de la marca Citroën para recorrer los bellos paisajes de Luberon y sus bucólicas carreteras; sus colores llamativos, la nostalgia y los recuerdos que para muchos representa este vehículo y su fácil conducción son garantías de risas a bordo y de muchos momentos inolvidables.

www.2cv-provence-location.fr/



Vista de Venasque

Comenzamos el recorrido desde el norte, en el bellísimo pueblo de **VENASQUE**, que encaramado en lo alto de un risco domina una llanura salpicada de viñedos y frutales, fundamentalmente cerezos, con unas vistas impresionantes al Mont Ventoux, el más alto de la Provenza. Estamos ante una antigua villa medieval que aún hoy conserva restos de su muralla romana y tres torres sarracenas; de calles empinadas y casas de piedra dorada con contraventanas de madera azul cielo, hasta la hiedra que cubre las fachadas aporta ese plus de belleza añadida al paisaje provenzal.

Su Catedral-Iglesia de Notre Dame del siglo XIII, aun siendo magnífica como atestiguan la escena de la Crucifixión de la Escuela de Avignon y su cruz procesional fechada en 1498, no es la joya de Venasque, y sí lo es su Baptisterio del siglo VI decorado con arcadas ciegas y varios capiteles, considerado uno de los lugares religiosos más antiguos de Francia.

Desde su gran explanada, las vistas son a su otro patrimonio, el natural, a los Monts de Vaucluse y al Mont Ventoux.

La visita a este pueblo provenzal no defrauda en ninguna estación del año; en primavera con los cerezos en flor es espectacular; la luz en verano es muy especial; en invierno la calma y el mistral pugnan por el primer puesto; y en otoño la paleta multicolor del paisaje es en sí una obra de arte impresionista.

Desde 1978 "Monts Venasque" es la primera marca registrada de cerezas en Francia gracias a la ubicación de los cerezos, resguardados del duro mistral.

Dentro del territorio de Venasque hay censados unos 240 bories, siendo estos muy habituales en la región de Luberon.

Los bories son unas construcciones en piedra seca a modo de chozas, con algunas características comunes a las brañas asturianas, que servían de refugio a pastores, o almacenes para cosechas, o viviendas estacionales a los campesinos que cultivaban tierras alejadas de los pueblos.

Alrededor de ellas cultivaban vides, olivos, cereales o practicaban la ganadería o la sericultura. Surgidos en los siglos XVII-XVIII, fueron abandonados a mediados del siglo XIX y rehabilitados posteriormente en la década de los 60 del siglo XX.

Sin duda son un elemento muy característico de este "corazón de la Provenza" que es Luberon.

Otro atractivo de Venasque, muy recomendable si se viaja con niños es el "Bosque encantado", una experiencia lúdica inmersiva en la naturaleza.

Camino de Gordes en nuestro "2 caballos" y disfrutando como niños, del coche y del paisaje, ante nuestros ojos surge una de las postales más icónicas del viaje: **LA ABADÍA DE SENANQUE**, uno de los lugares más visitados de Luberon y más arrebataadores en los meses de julio y agosto cuando la lavanda tapiza de lila-azul el valle verde en el que la abadía, imperturbable a lo largo de los siglos, gobierna la vida contemplativa, dentro y fuera de la misma.

La Abadía de Senanque es una joya del arte románico-provenzal y uno de los testimonios más puros de la arquitectura cisterciense primitiva. La iglesia abacial, su claustro, la sala capitular y hasta el calefactorio, originales de los siglos XII y XIII, están abiertos al público, y además pueden ser recreados de forma original por un histopad.



▲ Sendero de los Ogres

◀ Vista de Gordes coronado por su Castillo



Todavía está habitado por estos monjes que viven dentro de la más pura tradición monástica según la célebre regla de San Benito y dedicados a la oración y al trabajo, fundamentalmente el cultivo de la lavanda y la producción de miel.

Tras esta parada imprescindible, **GORDES** es nuestro destino. Apoyado en las estribaciones de las montañas de Vaucluse, frente al macizo de Luberon, está catalogado como uno de los pueblos más bonitos de Francia. Gordes descansa sobre un acantilado con espectaculares miradores que ofrecen unas bellísimas panorámicas a los macizos más famosos del sur de Francia que permiten tomar algunas de las más famosas fotografías que se pueden hacer de la Provenza, sobre todo por los variadísimos y cambiantes colores de sus campos.

Se trata de un pueblo que históricamente ha sido un lugar defensivo dada su ubicación estratégica, ya desde época romana y que continuó en el medioevo, renacimiento e incluso durante las guerras religiosas; está formado por un laberinto de calles estrechas y empedradas, en el que destacan no pocas construcciones relevantes.





Vista de Luberon

La Iglesia de San Fermín, originariamente del siglo XII y dedicada a la Virgen, fue rehabilitada casi por completo en el XVIII con advocación a San Fermín, obispo de Uzès y patrón de Gordes; presenta dos capillas de gran cromatismo, la de San Eloi (patrón de herreros y cerrajeros) y la de San Crispín (patrón de los zapateros).

Es muy curioso el contraste entre su sobriedad exterior y su colorido interior.

El Castillo medieval de Gordes es originario del siglo XI; se trata de una fortaleza medieval cuadrilátera con torres en las esquinas y 2 enormes torreones defensivos con matacanes en su parte superior.

También es llamativo el contraste entre su fachada norte, propia de un castillo defensivo y la sur, rehabilitada en el siglo XVI y que es de estilo renacentista.

Actualmente alberga exposiciones como la del Museo Pol Mara, la Oficina de Turismo de Gordes y hasta su Ayuntamiento.

Célebre fue también su ocupación por los revolucionarios durante la Revolución Francesa.

Muy común a muchos pueblos colgados y pequeños es una red subterránea, en el caso de Gordes impresionante, que alivia bajo tierra la imposibilidad de expansión sobre ella. Bajo el Palacio de San Fermín, se abre una red de cuevas destinadas fundamentalmente a la industria y la artesanía, como por ejemplo la vitivinícola. Arcos y bóvedas impresionantes acogen una segunda villa que por desgracia sólo es visitable en verano.

Casas de piedra seca, dos abadías, molinos, borries y ser parada de peregrinos del Camino de Santiago son parte del rico patrimonio histórico de Gordes, mientras que miradores y vistas a los macizos montañosos que la rodean lo son de su patrimonio natural.

Otro pueblo con muchísimo encanto, encaramado sobre antiguas canteras de ocre y cuyas casas exhiben fachadas de colores amarillo, naranja, rojo, ... y que domina desde lo alto el valle de Luberon es **ROUSSILLON**.

Desde su punto más alto las vistas panorámicas a los montes de Vaucluse y el Monte Ventoux son únicas.

Casas de fachadas multicolor, plazas que se van encadenando (Pasquier, de la Forge, de l'Abbé Avon, la del Ayuntamiento, ...) se ajustan al relieve de la ladera que ocupan como en un rompecabezas o puzzle, de una manera armónica muy atractiva.

La histórica Iglesia de Saint Michel, cuya fachada es del siglo XVII, se sitúa en la parte más alta del pueblo, en la ladera del acantilado, desafiando al vértigo, exhibe en su interior unas ricas pinturas y tallas de madera con las que rinde tributo a su santo además de un magnífico coro del siglo XVIII.

Hay hasta 8 galerías de arte repartidas por todo Roussillon; también ha sido y es hogar de numerosos artistas que buscan en sus lienzos plasmar tan deslumbrantes paisajes que en el caso de Roussillon destacan además por las múltiples tonalidades de ocre que como brechas



Uno de los anticuarios de L'Isle-sur-la-Sorgue

Vista de uno de los canales de la ciudad



sangrantes de la tierra tintan o manchan el valle y que producen ese espectacular contraste con los bosques de cipreses que rodean el pueblo.

Las distintas tonalidades de ocre se deben a los yacimientos que de este material hay en la zona, que ya explotaron los romanos y que además sirven para proporcionar más resistencia al calor y al sol si se usan para las fachadas de las casas.

La explotación minera del ocre ha sido la principal actividad económica de la región desde el siglo XVI-II hasta mediados del siglo XX y en este sentido **El Sendero de los Ocre (Sentier des Ocre)**, que discurre a través de las antiguas canteras de ocre de Roussillon es una visita imprescindible. Dos posibles senderos o caminos a pie (de media o una hora) que comienzan junto al bellissimo cementerio del pueblo, con paneles explicativos de la geología, flora, fauna e historia de la zona y que nos adentran en un paisaje caprichoso y sorprendente que se ha ido formando por la acción del viento, el agua de la lluvia así como la acción humana de extracción industrial del ocre para su aprovechamiento como pigmento, factores que todos juntos han dado lugar a la formación natural de acantilados, chimeneas de hadas, montículos y hasta dunas de múltiples tonos de ocre que tras cada recodo del sendero te sorprenden tanto por sus formas como por sus tonalidades. Unos paisajes que por momentos te harán sentir que estás en otro planeta y que surgen de repente.

Si este sendero mágico te atrapa no debes dejar de visitar el Ecomuseo del Ocre (Okhra), que sin duda resolverá todas tus curiosidades.

La última parada de nuestro viaje lo es para disfrutar, entre otras cosas, del sonido del agua, las aguas del río Sorgue que vertebra la bella **L'ISLE-SUR-LA-SOURGUE** apodada como la "Venecia campesina". Antiguo pueblo de pescadores hasta el siglo XIX, es hoy un paraíso para los enamorados de las galerías de arte y sobre todo de las antigüedades. Más de 300 anticuarios permanentes abiertos todos los días del año, con dos grandes ferias anuales (la de semana Santa y la del 15 de agosto) que reúnen hasta 500 expositores y que atraen a europeos de todas las nacionalidades, no en vano se dice que es la tercera ciudad europea en el ranking del mercado de antigüedades tras Londres y París. Alguno de estos anticuarios, algo más que vintage, te harán sentir que has entrado en la cueva de Ali-Babá, y no penséis que es por lo de los 40 ladrones.

L'isle-sur-la-Sorgue es un ejemplo de lo que de Luberon se dice sobre su calidad de vida, del ritmo lento y pausado que transpira su centro urbano por el que pasear, recorrer los canales que los brazos del río Sorgue crea al entrar en la villa salpicados de ruedas hidráulicas cubiertas de musgo y muelles son testigos de un pasado industrial asociado a la fuerza motriz

de sus aguas al servicio de las muchas fábricas textiles, de tintura e hilatura que desde el siglo XIII dieron prestigio a los “blanquets”(paños y mantas) confeccionados en la isla.

Sus puentes profusamente decorados con flores de temporada, sus callejuelas sinuosas y animadas (Rue de la République y Rue Carmot), sus coloridos mercados especialmente el de productores (los domingos) con productos locales de gran calidad (fruta, queso, flores, ...), los sugestivos escaparates de sus tiendas delicatessen (Épiceries) en las que se venden aceites de oliva artesanales, chocolates tentadores, frutas confitadas que entran por los ojos y todo tipo de quesos artesanos (Le Comptoir de Mathilde, LE 41-Epicerie Fine ...) y por último una joya de hotel que ocupa un edificio con más de 200 años (ha sido cabaret y posada) el muy chic “Gran Hotel Henri”, que desde 1969 es hotel y además cuenta con un bello jardín provenzal.

Sin duda L’isle-sur-la-Sorgue puso el broche de oro a nuestra escapada a algunos de los pueblos más bonitos de Luberon, el corazón de la Provenza.



Detalle de frutas escarchadas, típicas en L’Isle-sur-la-Sorgue



Cómo llegar

Sin duda la mejor opción es llegar al Aeropuerto de Marsella-Provenza y desde allí una hora, más o menos, por carretera hasta cualquiera de los destinos propuestos.

Se puede alquilar un coche o coger cualquier otra forma de transporte público incluido Uber.

También es posible ir en tren de alta velocidad, desde Madrid o Barcelona, hasta Aviñón o hasta Aux en Provenza y desde estas estaciones por carretera hasta cualquiera de los destinos propuestos, son unos 45 minutos más o menos.

Sin duda alguna para recorrer los pueblos de Luberon la opción más bucólica y chic es recurrir al ya mencionado Citroën 2cv.



Dónde dormir

Os recomendamos LE DOMAINE D’AGALIA de Audrey & Angelo en L’Isle sur la Sorgue y os remitimos a nuestra sección “Lugares para soñar” pues sin duda lo es.

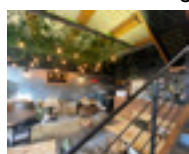


Dónde comer

Comer es fácil, prontito como les gusta a los franceses, y donde os encaje según planifiquéis las excursiones o visitas. Os recomiendo dos sitios:

MONSIEUR TU

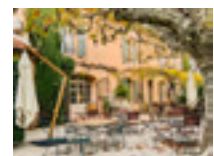
14 quai Rouget de Lisle
L’isle sur la Sorgue.



MAS DES GRÈS À LAGNES

Maravilloso lugar enclavado en plena naturaleza en el que pudimos degustar algunos deliciosos platos de gastronomía provenzal elaborados exclusivamente con productos de temporada y km 0.

Ubicado entre la Fontaine du Vaucluse y Gordes.



Para cenar concertamos con los dueños de Le Domaine d’Agalia un catering maravilloso servido por YUME, empresa local, elaborado por la fantástica Joséphine que resultó ser delicioso. Sin duda esta opción es muy interesante pues cenar según los horarios franceses a los españoles a veces nos resulta incómodo, además el cansancio también pasa factura. Sin duda un aspecto más de lo que hemos dado en llamar turismo de calidad.

Más información





Al corazón de Europa: INNSBRUCK

4 Escapadas de Semana Santa

Cultural: SEMANA SANTA MADRILEÑA





De naturaleza: TRAS LAS HUELLAS DEL OSO PARDO ASTURIANO

Enoturística: WOW OPORTO



INNSBRUCK, EN EL CORAZÓN DE EUROPA



INNSBRUCK

Vida urbana en plena naturaleza alpina

Texto: Rosario Alonso - **Fotografía:** Jose A. Muñoz

Foto: calle Maria Theresien Strasse

Capital del Tirol y de Los Alpes, Innsbruck ha sabido conjugar a la perfección su condición de ciudad, con pasado imperial y una exquisita arquitectura moderna, con su naturaleza alpina; en tan sólo 20 minutos es posible pasar de un entorno a otro, además ciudad y montaña comulgan de la misma filosofía de sostenibilidad y excelencia ecológica.

Con una ubicación excepcional, en el valle de Inn-tal y bañada por el río Inn, las montañas alpinas que la rodean, con nieve durante buena parte del año, la convierten en una de las ciudades más bellas del corazón de Europa.

Su importancia histórica ya era relevante en el siglo XII; su ubicación geográfica la convirtió en un importante cruce de rutas comerciales entre Baviera e Italia, pero serían dos destacados monarcas de la dinastía Habsburgo, Maximiliano I, abuelo de Carlos V (siglos XV-XVI) y María Teresa de Austria (siglo XVIII) los que la dotaron de un envidiable esplendor arquitectónico.

Recorrer su casco histórico es pasear por **María Theresien Strasse**, la calle principal y más turística de Innsbruck que cuenta con más de 700 años. Inicialmente esta calle quedó fuera de las murallas de la ciudad, pero pronto sería elegida por la nobleza para albergar sus palacios barrocos (Gumpp o Trapp) que sin duda le aportan el toque más señorial.

Un buen número de estilizadas torres coronadas por cúpulas verdes nos avisan de la presencia de iglesias; es el caso de **Servitenkirche**, o Iglesia del Buen Siervo del siglo XVII que cuenta con un espectacular altar mayor; o el de **Spitalskirche** o Iglesia Hospitalaria del Espíritu Santo, de estilo barroco y fechada en 1700.

Antes de llegar a este punto, hemos dejado atrás uno de los símbolos más importantes de la ciudad: la **Columna de Santa Ana** fechada en 1704-1706 que representa entre otros personajes a la Virgen María y a su madre Santa Ana. Esta columna de mármol y estilo corintio fue erigida para conmemorar la liberación de la ciudad (1703) de las tropas bávaras que habían invadido el Tirol durante la Guerra de Sucesión española. Desde este punto de la calle las vistas a la montaña son espectaculares, y más si cabe si están nevadas.



Vista panorámica de Innsbruck



Casa Helbling



Restaurante Stiftskeller en Stiflgasse



Arco del Triunfo



La antigua residencia de Federico IV

Justo en el otro extremo de la calle, al fondo un grandioso **Arco del Triunfo** narra, a través de sus relieves, 2 acontecimientos de la vida de la Emperatriz María Teresa, uno por cada fachada del arco: la boda de su hijo Leopoldo con la infanta española María Ludovica, y por el otro diversos episodios relativos a la repentina muerte de su esposo, Francisco de Lorena, al que también dedicaría un Convento de monjas que ella misma funda; en este mismo convento se ubica el famoso restaurante tirolés “Stiftskeller”.

Volvemos a Maria Theresien Strasse para dirigirnos a Burggraben Strasse y de allí a Friedrich Strasse. En ella se erigen tres magníficos edificios: la Torre del Ayuntamiento Viejo o Torre de la ciudad, de mediados del siglo XV con tejado renacentista del XVI; La **Casa Helbling**, una señorial casa gótica del siglo XV con una impresionante fachada barroca tardía del siglo XVIII, el conjunto es impresionante; la antigua residencia de Federico IV de 1420 con el otro icono de la ciudad, su **Tejaldillo de oro (balcón de gala)** que Maximiliano I mandó recubrir con 2657 tejas de cobre doradas en el año 1500.

En la decoración de sus relieves aparecen representados el emperador, gran enamorado de la caza y los paisajes tiroleses, sus dos esposas, su bufón, un cortesano, así como varias escenas de la vida en el año 1500.

Detrás de este edificio está la **Dom Platz** o Plaza de la Catedral de Santiago, de 1717-1724, de estilo barroco erigida sobre una iglesia gótica de la que destacan los frescos del techo, magníficos realizados por los hermanos Asam.

En la Rennweg Strasse, se ubica el Palacio Imperial o **Hofburg**. Su construcción se inicia, en estilo gótico tardío, en 1460. Fue remodelado por la Emperatriz María Teresa en 1754-1756 y es un testigo privilegiado del poder de la dinastía Habsburgo. De este palacio imperial tal vez lo más destacado sea el Cenotafio de Maximiliano I que se alberga en la Iglesia de la Corte o **Hofkirche** integrado por 28 “hombres de negro”, todos ellos familiares de Maximiliano I, esculpidos en bronce.

Pasear por las calles de Innsbruck es ir descubriendo sus secretos; arcadas góticas que conviven con edificios, incluso palacios, barrocos y con una arquitectura moderna. Pasado imperial, arquitectura tirolesa y contemporánea conviven en simbiosis.

Esta arquitectura contemporánea está presente en las estaciones del funicular que conectan el centro con la montaña, en el diseño de los centros comerciales, en la **Plaza Eduard-Wallnöfer** tomada por skaters y ciclistas jóvenes, en el **edificio IKB** que es el primer “rascacielos” de Innsbruck, de principios del siglo XX obra del arquitecto Lois Welzenbacher. Una mezcla armónica de pasado y presente en el que el valor de la sostenibilidad está presente en el día a día de la ciudad.

La sostenibilidad llega a las pistas de esquí como a las de la Cordillera Nordkette que renuncia al empleo de cañones de nieve; a los alojamientos turísticos; al transporte público, ...

Muy brevemente, cuatro recomendaciones imprescindibles, si se dispone de tiempo:

1. Subir al trampolín de los saltos de esquí de **Bergisel**
2. Visitar “**Los mundos de cristal**” de Swaroski en Wattens
3. Visitar el **Castillo-Palacio de Ambras** del siglo XVI
4. Degustar y disfrutar de la gastronomía tirolesa en un lugar con encanto, como por ejemplo puede ser “**Stiftskeller**” en Stiftgasse



Visit Innsbruck



Visit Austria

Típicas casas de colores desde el río Inn



Tras las huellas del oso pardo asturiano

Texto: Rosario Alonso - Fotografía: Fundación Oso Pardo y Rosario Alonso
Fotografía: ©FOP. Oso cantábrico claro

Dentro del Paraíso Natural que es Asturias el Avistamiento del Oso Pardo Cantábrico despunta desde hace ya unos años y atrae a unos 20.000 visitantes que no sólo disfrutan con la observación de este animal, sino que también han permitido dar a conocer los Parques Naturales, indescriptibles, de la zona occidental de la Cordillera Cantábrica. Las montañas meridionales del Principado encierran una vida natural sin parangón con el oso pardo cantábrico, el mayor mamífero terrestre que habita en España, como máximo representante, aunque no exclusivo pues convive con el lobo ibérico, ciervo, rebeco, corzo, zorro y gato montés entre otros. **Los Parques Naturales asturianos de Somiedo y de Las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias** albergan la mayor cantidad de estos osos en la Península Ibérica. *¿Es posible que en un mismo entorno animales salvajes, ganadería, bosques milenarios, reservas de caza autorizadas y turismo convivan en armonía?*

El Avistamiento de osos pardos en Asturias no siempre está garantizado; requiere conocer el monte, buscar un buen lugar, buena dosis de paciencia y educar la vista para que la imaginación no nos confunda, además de unos buenos prismáticos e incluso un telescopio. Dos empresas locales: **Wild Spain Travel** y **Trabau Ecoturismo** son una buenísima opción para la elección del lugar de avistamiento pues son unos inmejorables conocedores del hábitat del oso pardo.

El oso es un animal tranquilo, solitario que no vive en grupos nunca; como buen animal salvaje es esquivo de supervivencia instintiva; no es un animal territorial pues campea mucho, ni un depredador al uso pues es bastante oportunista con la alimentación, no mata a otros animales para comer, pero sí se aprovecha de los animales muertos (despeñados o por enfermedad), es carroñero y fundamentalmente come vegetales. También comen insectos y hasta revientan hormigueros cuando tienen hambre. La alimentación otoñal es muy importante pues de ella depende el éxito reproductor. Si paseando por una zona osera ves uno de estos de estos animales, si no te ha detectado lo mejor es retirarse en silencio y sin correr de forma ruidosa; si te ha detectado hazte notar, háblale alto y con seguridad sin gritos ni aspavientos y sin perderle de vista. Llegado el momento del avistamiento la primera parada para la observación de este sorprendente animal puede ser el **PARQUE NATURAL DE LAS FUENTES DEL NARCEA, DEGAÑA E IBIAS**, declarado Parque en 2002 y Reserva de la Biosfera el año siguiente.



©FOP. Oso cantábrico

Destaca por la diversidad de sus paisajes en forma de valles abruptos y cerrados, elevadas y verdes sierras y hasta suaves relieves montañosos e incluso lagunas de formación glaciaria, con pueblos situados desde los 600 m de altitud hasta los 2.000 m.

Dentro de él **LA RESERVA NATURAL INTEGRAL DE MUNIELLOS**, destaca por contar con la máxima protección que se le puede dar a un espacio natural. A esta Reserva Natural única sólo pueden acceder 20 personas al día previa reserva realizada con muchísima antelación, el plazo se abre cada año el día 15 de diciembre.

Se trata de 5.600 hectáreas de bosque virgen que posee el robledal más extenso y mejor conservado de Europa, así como frondosos bosques de ribera: arces, avellanos, abedules y fresnos.

En cuanto a fauna la Reserva ofrece una multitud de hábitats para armiños, martas, garduñas, gatos monteses y zorros; ungulados como el jabalí, el corzo o el rebeco.

En las zonas más boscosas y alejadas de la presencia humana habitan las dos especies más emblemáticas del Parque, además de amenazadas por peligro de extinción: el oso pardo cantábrico y el urogallo cantábrico. También el lobo ibérico tiene hogar en el Parque, aunque no despierta la misma simpatía que el oso.

Osos pardos no veréis en la Reserva de Muniellos pero en la vecina Mual, el Cortín de Cadenas es testimonio de su presencia cercana. Una estructura de piedra de 2 m de altura y planta circular sin cubierta con la finalidad de evitar el ataque del oso a las colmenas de abejas (trobos).

Dos lugares de avistamiento de osos en este Parque Natural son **POSADA DE RENGOS** y el **VALLE DE LEITARIEGOS**. Este valle tiene una belleza natural que sobrecoge; aldeas diminutas cuyas casas están dispersas y donde la especie animal más común son las vacas, infinidad de árboles, arbustos, flores y una policromía de mariposas de infinitos colores.

Para ver osos hay que madrugar pues el oso no es perezoso y le gusta desayunar antes de que el sol apriete y, cuando éste cae decide que, antes de dormir, hay que campar un poco para llenar de nuevo el estómago.

EL PARQUE NATURAL DE SOMIEDO, es el primer espacio protegido que se declaró en Asturias en 1988 y es Reserva de la Biosfera desde el año 2000. Posiblemente conocido por muchos porque en él está la famosa **BRAÑA DE MUMIAN**, reminiscencia de la trashumancia vaqueira que constituye uno de los emblemas históricos, culturales y tradicionales de Somiedo que todavía a día de hoy pervive con las características propias de su origen



Brañas de Arriba © FOP

Casas con techo de escoba en Veigas © Rosario Alonso

Cortín de Cadenas © Rosario Alonso





Braña en Somiedo

histórico. Un conjunto de “cabanas” y los pastos que las circundan servían para resguardar el ganado durante los meses más cálidos del año. Construcciones a ras de suelo con paredes de piedra y techo de escoba (teito) junto con fuentes como abrevadero para el ganado y olleras (junto a fuentes y arroyos para mantener fresca la leche tras el ordeño) configuran estas construcciones. Cada braña se asocia a un pueblo o aldea.

Su relieve es muy abrupto y la ganadería extensiva es su principal actividad económica. Su estrategia de conservación se basa en una estricta zonificación pues en este Parque conviven ganado, fundamentalmente vaca carreñana y caballo asturcón con osos pardos y lobo ibérico. Sólo la estricta observación de la normativa permitirá que el desarrollo ecoturístico de este espacio protegido sea sostenible a largo plazo.

Es fundamental el papel de la Fundación Oso Pardo (FOP) cuyos objetivos son conservar el hábitat del oso, luchar contra el furtivismo y fomentar la educación ambiental para la prevención de conflictos, elementos estos imprescindibles porque el Turismo de Observación es un recurso muy importante en la economía del medio rural.

Pola de Somiedo, capital del Concejo, es un pueblo encajado en un valle entre montañas que con paredes verticales infinitas ve desfilar las nubes bajo la sinfonía-canturreo del agua que brota por doquier.

En el pueblo de **Veigas**, en el Valle del río Saliencia se conservan tres casas con techo de escoba, techo vegetal,

que conservan buena parte de su mobiliario antiguo, muy humilde y que se conocen por el nombre de sus últimas moradoras (Casa Flora, Casa Diotina y Casa Rosa). Sin baño, ni salida de humos en las cocinas, y conviviendo prácticamente con los animales son buena muestra de la dureza de la vida en este entorno. Esta techumbre a base de escoba era además muy habitual en hórreos, molinos y escuelas e irían poco a poco sustituyéndose por teja o pizarra.

El avistamiento de osos, nunca garantizado, podrá realizarse en **La Peral** a 1360 m de altura, en el fantástico mirador del Príncipe ubicado entre dos valles.

La última parada puede ser **PROAZA**, uno de los concejos más bonitos de Asturias en el que historia, naturaleza y muy buena gastronomía van de la mano, además es perfecto para el senderismo y cicloturismo. El oso también está presente en Proaza gracias a “La Casa del Oso” y “La Senda del Oso”.

**Fundación
Oso de
Asturias**



SUSCRÍBETE A NUESTRA REVISTA DIGITAL
¡ES GRATIS!



www.revistatraveling.com



Semana Santa en Madrid

Madrid evidentemente no es Zamora, Valladolid, Málaga o Sevilla, por poner algunos ejemplos, en cuanto a Procesiones de Semana Santa. Sin duda hay ciudades españolas mejores para conocer esta tradición católica que a la vez es una manifestación cultural y artística. También es cierto que cada año la afluencia de público, no se puede decir que todos sean fieles, es mayor. Es curioso observar las caras de los turistas extranjeros que esos días deciden visitar Madrid cuando ven “desfile”, más correcto es decir procesionar, las imágenes, algunas impresionantes por la calidad de las tallas, por las calles del centro. Tal vez no se asocia Madrid a una Semana Santa tan intimista o devocional como en otras zonas, pero Madrid luce una Semana Santa muy atractiva que se suma a su increíble oferta cultural que desde hace unos años la sitúan entre las mejores de Europa.

En la Semana Santa madrileña no faltan redobles de tambores y trompetas (hasta una tamborrada maña el Domingo de Resurrección en la Plaza Mayor), los vistosos y coloridos trajes de los cofrades, así como los desfiles de las mujeres con las elegantes mantillas negras que acompañan a las imágenes. También iglesias y basílicas celebran otros actos culturales paralelos como son los conciertos de música sacra con obras de Bach y Boccherini.

No le falta tampoco a Madrid una “**gastronomía castiza**” de Semana Santa, en la que no faltan Torrijas, Soldaditos de Pavía (especie de buñuelos de bacalao), el Potaje de garbanzos y las croquetas de bacalao.



SEMANA SANTA MADRILEÑA

Os invito a Madrid, a su Semana Santa, a sus procesiones, a descubrir sus imágenes y las historias que guardan, y de paso hacer un recorrido por algunas de las Iglesias más bellas de Madrid.

La Semana Santa madrileña cuenta con “Pasos” que son obras de enorme valor histórico y artístico; nos referimos a “Tallas” que además de despertar devoción en los fieles son ejemplos notables de la mejor escultura española de los siglos XVII-XX.

Semana Santa, que este año arranca el día 2 de abril, Domingo de Ramos, con la famosísima “**Procesión de la Borriquito**” que parte de la Catedral de la Almudena dirección a la Parroquia de San Ildefonso (Barrio de Malasaña); pero la joya artística de este día sale de la Basílica Pontificia de San Miguel, en la calle de San Justo, “**La Procesión de los Estudiantes**” que transita por el viejo Madrid con una imagen fantástica del crucificado del artista de la corte Luis Salvador Carmona del siglo XVIII. La talla es fiel testigo de la más pura imaginería castellana, de realismo estremecedor y serenidad en las expresiones, más propia ésta del neoclasicismo.

El Jueves Santo, 6 de abril, la “**Procesión de Jesús el Pobre**” regala a Madrid desde la Iglesia de San Pedro el Viejo, en La Latina, una de las escenas más sobrecogedoras de la Semana Santa, la dificultosa, y de rodillas, salida de las dos imágenes del templo. Jesús “El Pobre” es una de las imágenes más veneradas por los madrileños. Se cree que la imagen fue un regalo de la Duquesa de Medinaceli y que su autor puede ser Juan de Astorga. Se trata de una talla anónima del siglo XVIII. La Virgen que sigue a Jesús es conocida como “**El Dulce Nombre de María**”.

Esta talla esta fechada en 1999 y es obra de una mujer, la imaginera Lourdes Hernández.

También el jueves sale de la Capilla del **Divino Cautivo** del Colegio Calasancio, en el Barrio de Salamanca, una imagen fantástica de extraordinario valor artístico de Mariano Benlliure, que se puede volver a ver el viernes, en este caso sale de la parroquia de San Sebastián, en Atocha. Representa a un Jesús de tamaño natural (1,80 m) maniatado ante Pilatos. La imagen del Divino Cautivo no es portada por costaleros ni por anderos, es empujada.

Las procesiones del **Jesús del Gran Poder y la Esperanza Macarena**, también salen el Jueves Santo, aunque artísticamente son de menor valor, son muy llamativas. Estas imágenes salen de la Colegiata de San Isidro, en la calle Toledo, y recorren costanillas, plazas y plazuelas del Madrid de los Austrias. Las imágenes, a las que nunca le faltan saetas, son de mediados del siglo XX y son “versiones” de las tallas sevillanas.

El Viernes Santo, 7 de abril, la **Procesión de Jesús de Medinaceli o Jesús Nazareno** rescatado avanzando por el Paseo del Prado, Puerta del Sol y Alcalá es la imagen icónica para Madrid y los madrileños de su Semana Santa. Conocido como el Señor de Madrid, la talla es obra de la escuela andaluza de la primera mitad del siglo XVII, posiblemente Juan de Mesa fue su autor, y tiene una historia muy interesante.

Fue realizada para la plaza africana de la Mámora. Cuando el sultán recuperó la ciudad, envió la talla a Mequinez y arrastrada por la ciudad como escarnio a los cristianos por la victoria musulmana. Los padres trinitarios decidieron pagar un rescate, su peso en oro, pero milagrosamente “la madera se hizo liviana como una pluma”, y el rescate fue muy barato. La imagen llega a Madrid en 1682 y evoca el momento de la pasión cuando Pilatos lo presenta al pueblo. También tuvo que ser evacuada la





talla durante la Guerra Civil y pasó en Ginebra una temporada, volviendo a Madrid el 10 de mayo de 1939.

La imagen sale de la Basílica de Jesús de Medinaceli, junto al hotel Palace, donde se puede visitar todo el año.

En la calle de Alcalá, a la puerta de la Iglesia de la Concepción Calatrava, más conocida como Iglesia de las Calatravas, le espera **Nuestra Señora de la Soledad**, de Juan Pascual de Mena, 1870. También el sábado vuelve de nuevo a pasearse por Madrid.

Como curiosidad la virgen cuenta con dos jugos de manos, las que realizó Mariano Benlliure en 1922, al haberse perdido las originales en un incendio, y otras que se realizaron en 1997, así se protegen las de Benlliure en los besamanos y las procesiones.

Por su vistosidad el **Cristo de los Alabarderos**, impecablemente uniformados los alabarderos (guardias reales) y con la presencia de caballos, es una de las procesiones más atractivas; aunque la imagen es de

2007 las raíces de esta congregación se remontan a 1632. Procesa sobre un trono de más de una tonelada de peso portado por 44 anderos. Sale desde la Iglesia catedral Castrense, en la calle Sacramento, pasa por el Palacio Real, la calle Mayor y entra en la Plaza Mayor. En este punto es posible ver el encuentro, emotivo e iluminado por una luna llena impresionante del Cristo de los Alabarderos con la **Procesión de María Santísima de la Santa Cruz** que sale de la Parroquia de la Santa Cruz, así como **El Santo Entierro**. Estas dos últimas imágenes son réplicas de las tallas que se perdieron en la Guerra Civil, de los siglos XVI y XVII respectivamente.

La Hermandad del Silencio también realiza la tarde-noche del Viernes Santo una salida procesional por el incomparable Barrio de Las Letras, **Santísimo Cristo de la Fe**, portado por una cuadrilla de costaleros, recorre lugares repletos de historia (Plaza de Santa Ana y calles como Echegaray, Cervantes o Lope de Vega)





Escapada enoturística: **WOW OPORTO**

Por: Redacción - **Fotografía:** WOW Oporto

"Invicta" o "ciudad de los puentes" son algunos de los apelativos por los que se conoce a Oporto, pero sin duda, si esta ciudad es conocida por algo, es por sus vinos, que le han dado renombre mundial. Por ello, la segunda ciudad de Portugal es el destino perfecto para una escapada enoturística y el mejor lugar para degustarlos.

Sobre los vinos de Oporto hay que saber que les cede su nombre Oporto, mientras que es en el Douro donde se elaboran. Pues estos vinos se producen en la región vitivinícola conocida en portugués como "o Douro Vinhateiro", lo que en español traduciríamos como "el Douro de los viñedos".

Así pues, en la ciudad de Oporto el viajero no va a encontrar las viñas de las que se extrae la famosa bebida, pues las cepas se hallan plantadas en las laderas que se extienden a ambos lados del curso del Douro en su camino a Oporto. Asimismo, las principales tareas para la elaboración del vino se desarrollan también en la región del Douro donde, además, el vino pasa sus primeros meses hasta que es llevado a Oporto para envejecer en sus bodegas.

Pero, aunque los vinos no se elaboren propiamente en Oporto, sí es en esta ciudad donde se pueden degustar acompañados por los platos principales de



su sabrosa gastronomía como la francesinha o las tripas à moda de Oporto. También, una copa de vino es siempre una buena compañera de viaje después de un paseo por el entramado de las coloridas calles de adoquines y azulejos de la ciudad o tras una visita a sus principales monumentos como la **Torre dos Clérigos**, emblema de la ciudad, **la Estação de São Bento** y la catedral (**Sé** en portugués) con sus azulejos, o el Palácio da bolsa y sus impresionantes salas inspiradas en la Alhambra.

Asimismo, en una escapada en clave enoturística a Oporto, cruzar el Puente D. Luís I para llegar a **Vila Nova de Gaia** es imprescindible para poder visitar las bodegas donde el vino envejece y conocer su historia. También, en este municipio y a orillas del Duero, es posible contemplar “los barcos rabelos”, las embarcaciones tradicionales de transporte del vino desde el Duero hasta Oporto.

Igualmente, en Vila Nova de Gaia se encuentra **WOW Porto**, el distrito cultural que tiene como objetivo homenajear a la ciudad de Oporto, su cultura y gastronomía, así como su vino, a través de 7 museos, 12 restaurantes y cafeterías, una escuela del vino, múltiples tiendas, una sala de exhibiciones y un espacio para eventos.





Pink Palace



De hecho, WOW Porto es el lugar idóneo donde introducirse en la cultura del vino de Oporto, pues el distrito está construido en los edificios de antiguas bodegas que han sido rehabilitados para acoger este proyecto. Además, dentro de sus 7 museos, **The Wine Experience** a lo largo de su recorrido muestra de forma interactiva el proceso detrás de cada copa de vino y **Planet Cork**, destaca el papel de Portugal como el mayor productor de corcho del planeta y explica cómo se elaboran los corchos de las botellas de vino, mientras que en **The Bridge Collection** se puede admirar una colección con copas y vasos que permiten conocer cómo se ha bebido el vino a lo largo de la historia de la humanidad.

Asimismo, y relacionado con el vino, se encuentra el museo **Pink Palace**, enfocado en el vino rosado y en darlo a conocer de una manera lúdica y sobre todo muy “instagrameable”. Por su parte, la **Escuela del Vino** ofrece la posibilidad de realizar cursos, pero también catas de vino privadas de temáticas diferentes enfocadas a los vinos portugueses.

Además, WOW Porto ofrece también la posibilidad de adentrarse en otros aspectos de la cultura e historia de Oporto: el **museo Porto Region Across The Ages** es una inmersión en la historia del destino, mientras que **Porto Fashion & Fabric Museum** da visibilidad a la industria de la moda y de la producción textil, sector muy importante en Portugal. También **The Chocolate Story** permite conocer mejor la historia de la elaboración y consumo del cacao y degustar chocolate de la marca de chocolate Vinte Vinte de WOW.

Páscoa de Chocolate, actividades especiales para Semana Santa

Por otra parte, WOW Porto también organiza diferentes actividades, exposiciones, festivales y conciertos en sus instalaciones, siguiendo su objetivo de dar a conocer la cultura portuguesa. De esta forma, durante el período de Semana Santa en WOW Porto va a desarrollarse un programa especial de actividades bajo el nombre de “Páscoa de Chocolate”.

Desde el jueves 6 y hasta el lunes 10 de abril, se van a desarrollar en el distrito cultural varias acciones para toda la familia y para todos los gustos, algunas de ellas relacionadas con el mundo del vino, como las catas de vino maridado con chocolate en **The Wine Experience**.

**WOW
OPORTO**



The Wine Experience



The Chocolate Story. El vino y el chocolate





El Jardín Botánico de Madrid

Un oasis en el centro de la ciudad

Texto y fotos: Miguel A. Muñoz Romero
www.comoencasaencualquierlugar.com

El Jardín botánico de Madrid es un verdadero oasis donde poder relajarse, rodeado de numerosas especies de plantas y un remanso de paz entre tanto ruido y tráfico. Fundado por Fernando VI en 1755 e inicialmente localizado en el Soto de Migas Calientes, actual Puerta de Hierro, este pequeño oasis en Madrid fue trasladado al Paseo del Prado en 1781 por Carlos III.

En aquel entonces, el rey Carlos III estaba obsesionado con crear en Madrid un complejo dedicado a las ciencias naturales y, aprovechando que en ese momento el Real Gabinete de Historia Natural era el actual Museo del Prado, se le ocurrió la idea de trasladar el Jardín Botánico al centro, con el fin de que estuvieran al lado creando así esta zona de referencia de las ciencias naturales.

En sus primeros inicios contaba con más de 2000 plantas recogidas por el botánico y cirujano José Quer durante sus viajes, hasta convertirse







en el s.XIX en uno de los Jardines Botánicos más importantes de Europa gracias a la labor del botánico Antonio José Cavanilles.

Es declarado en 1942 Jardín Artístico y en 1947 Monumento Nacional; actualmente forma parte el “Paisaje de la Luz”, estando incluido en el eje Prado-Retiro y desde 2021 es Patrimonio Mundial de la Unesco.

Actualmente, el Jardín Botánico de Madrid cuenta con más de 5500 especies diferentes entre plantas y árboles de todo el mundo distribuidos en cuatro terrazas aprovechando el desnivel del suelo. **Terraza de los Cuadros**, dedicada a las plantas ornamentales, **terrazza de las Escuelas Botánicas**, muestra la colección taxonómica de plantas, **terrazza del Plano de la Flor**, de estilo romántico con una gran variedad de árboles y arbustos, más de 1500 ejemplares de alrededor de 336 especies, **terrazza alta o de los Laurales**, una de las colecciones de bonsáis de especies autóctonas más importantes.





Hotel Capella Bangkok

Regreso a las raíces de la capital tailandesa

Por: Hernando Reyes Isaza - hreyes@altum.es

Ubicado en el emergente vecindario de Charoenkrung y sobre la margen oriental del legendario río Chao Phraya, el Hotel Capella Bangkok se ha convertido en muy poco tiempo en el punto de mira de los más exclusivos, y así lo confirmaron los Travel + Leisure Awards en 2021 al otorgarle el cuarto lugar entre los mejores hoteles del mundo.



Perteneciente al visionario Capella Hotel Group, asentado en Singapur, este nuevo hotel de la capital tailandesa se ha enfocado en la creación de experiencias lujosas altamente auténticas que se hagan eco del fascinante pasado de Bangkok. Se trata de todo un refugio boutique que concede al huésped la magia de descubrir la rica herencia cultural, culinaria y todo el encanto del emergente y ecléctico vecindario de Charoenkrung en donde se ubica. Y es que la dinámica y vibrante 'Ciudad de los Ángeles' hace que se perciba en cada uno de sus rincones ese fascinante contraste entre pasado y futuro: crece hacia arriba con diseños arquitectónicos propios del primer mundo, y mantiene en sus aceras la esencia oriental de antaño.

Regreso al pasado

Charoenkrung fue una de las principales vías de Bangkok hasta principios del siglo XX, cuando el comercio y el tráfico aún dependían del río. Durante siglos, los nuevos colonos atracaron en las costas del 'Río de los Reyes', trayendo consigo no solo nuevos pensamientos y creencias, sino también nuevas esperanzas y sueños que convirtieron a este barrio en un efervescente crisol de raza, religión y cocina que se mantiene en la actualidad. Sus directivos están convencidos que el resurgir de Charoenkrung, bien sea a través del arte, el entretenimiento o la gastronomía, contribuye a la transformación de la ciudad de la misma manera que en su momento lo hicieron el Meat Packing District en Nueva York, o Belem en Lisboa.



Restaurante Cote 1 Estrella Michelin

Street Food multicultural

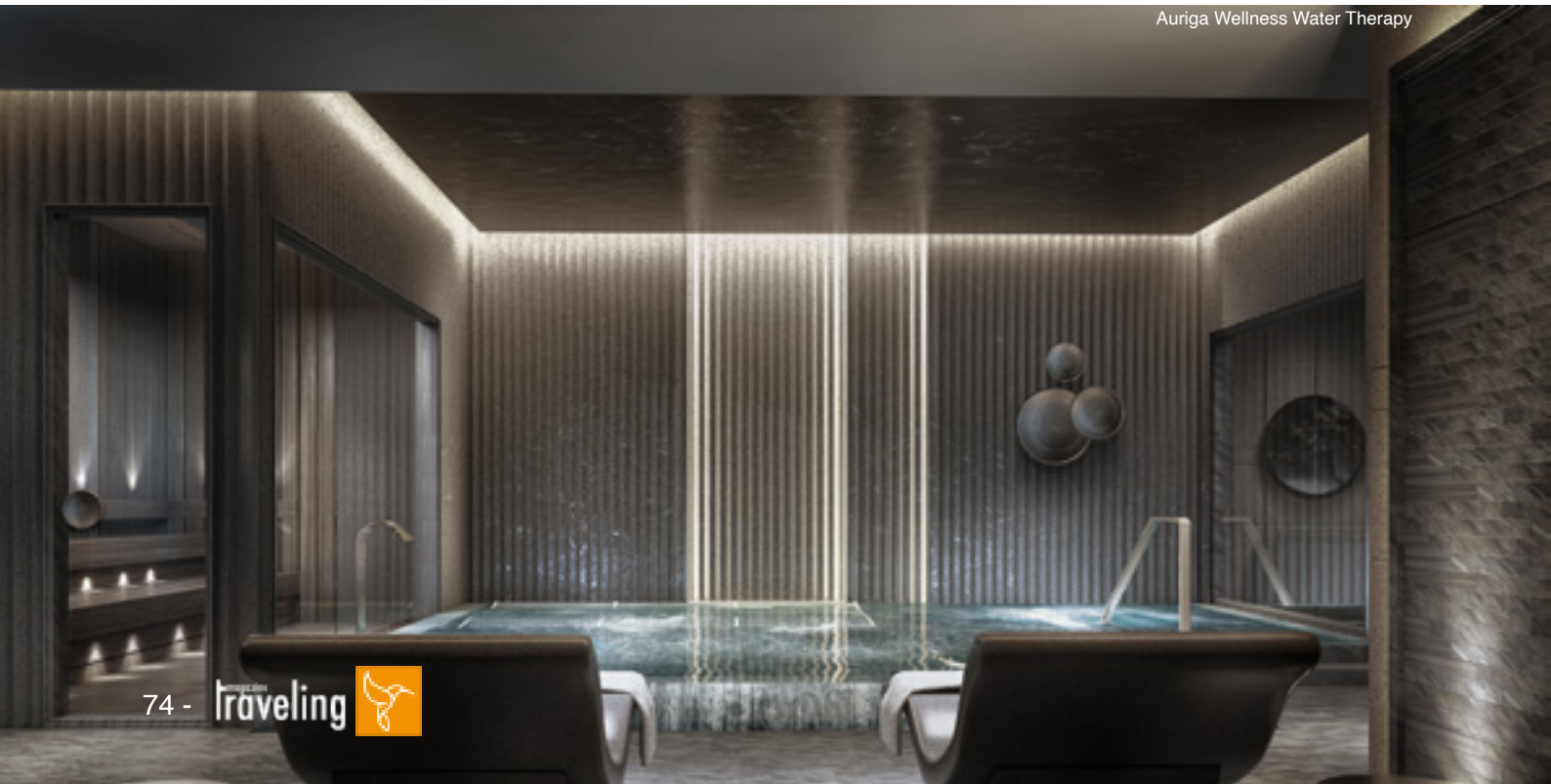
Los huéspedes pueden descubrir una amplia variedad de platos de street food y auténticas recetas thai y de otros países y culturas. Así, las preparaciones artesanales de fideos chinos, satays del sudeste asiático u hojaldres de curry indio se entremezclan con aperitivos locales clásicos como moo ping (brochetas de cerdo a la parrilla) y sai oua (salchichas tailandesas) en unos puestos callejeros que han pasado por varias generaciones de una misma familia, dejando de manifiesto que la cocina refleja el despertar de Charoenkrung.

A diferencia de muchos distritos de esta extensa metrópolis, aquí se conserva un fuerte sentido de identidad comunitaria que consigue que el foco sea la vida frente al río.

Sencillez, elegancia y 1 estrella Michelin

Capella Bangkok, además de las 101 suites que ofrece, destaca por ser el primer hotel capitalino que abre las primeras villas frente al río, ubicadas dentro de la esperada finca **Chao Phraya**. Diseñada para evocar la sensación de un pied-à-terre personal con increíbles vistas al río desde todas las habitaciones, esta propiedad de lujo cuenta, además, con **Cote** (1 estrella Michelin), un exclusivo restaurante de la mano del famoso chef Mauro Colagreco —propietario de Mirazur en la Costa Azul, que con sus tres estrellas Michelin ocupó el primer lugar en «The World's 50 Best Restaurants» de San Pellegrino en 2019—, que reinterpreta la cocina francesa.

Auriga Wellness Water Therapy





Habitación Riverfront Premier

El jefe de cocina ha trabajado con Colagreco durante seis años y su conocimiento de cocina para los grandes críticos es sencillamente excelente. El menú fijo de mariscos le ha posicionado como todo un “imperdible” en esta ciudad, al igual que su carro de ginebras, un derroche visto en muy pocas ciudades del mundo y que compite con la ingente variedad de impresionantes vinos.

El Hotel Capella Bangkok cuenta también con un restaurante de comida tradicional tailandesa llamado **Phra Nakhon**, con un coqueto bar que sirve cócteles artesanales y postres personalizados llamado **Stella**, y por supuesto, con varios espacios para reuniones. El Living Room alberga diversos artesanos locales, música y muestras de la tradición gastronómica en un luminoso espacio con vistas al río.

Bien es sabido que los masajes ancestrales de esta ‘Tierra de hombres libres’ (ese es el significado de Tailandia) son los más solicitados, y en el área de wellness de este hotel, llamada Auriga, la estrella es una modalidad denominada **Tok Sen**, a la que pocos se resisten. En 2022 Auriga se hizo con el título del “World’s Best New Hotel Spa”

Recuerde que al alojarse en este hotel que abandera el concepto del “nuevo lujo” en Bangkok puede solicitar el servicio “**Capella Cultural**”, para que un mayordomo agilice en cualquiera de los dos aeropuertos (Suvarnabhumi o Don Mueang) todos los trámites de entrada o salida del país; eso sí, debe solicitar siempre el servicio con 24 horas de antelación a su salida o llegada a la ciudad y asistente y limusina estarán a su disposición. Además, el hotel ofrece un servicio gratis de transporte fluvial a Icon Siam y Taksin Skytrain Station.



HOTEL CAPELLA
B A N G K O K



Traveling - 75

LE DOMAINE D'AGALIA

L'isle-sur-la-Sorgue

Provenza-Alpes-Costa Azul

Texto y Fotografía: Jose Antonio Muñoz

En un enclave de gran belleza, perfecto para descubrir los bellos pueblos provenzales de Luberon, Domaine d'Agalia cuenta con todo lo necesario para que el descanso nocturno, el disfrute de la naturaleza, el bienestar y el ocio estén más que garantizados. Excursiones a pueblos medievales considerados de los más bonitos de Francia como Gordes, Roussillon, Venasque o L'isle-sur-la-Sourgue son perfectamente realizables desde este magnífico complejo recientemente restaurado que no obstante ha mantenido el encanto de sus materiales antiguos y una parte de su historia ligada a la sericultura o industria de la seda durante 200 años.

La finca que ocupa alberga 350 olivos, recién plantados, alrededor de un agradable jardín en el que no falta una piscina de piedra natural, una pista de petanca, una fuente, un área fitness y otra de bienestar.

Audrey y Angelo, sus propietarios, una pareja encantadora que se ha dejado la piel y el fruto de 20 años de trabajo en este sueño, son el alma de Le Domaine d'Agalia. Todo son facilidades con ellos y además son portadores de un gusto excelente que denota su amor a la autenticidad y apego al terruño. Las 4 suites planificadas y decoradas por ellos, el corazón del complejo, son fantásticas. Amalia, Ágata, Alba Más y Actual son sus nombres, y además está la "Habitación del Alma".

Suite Amalia de 45 m² con cama super king size de 2X2 m; con zona de baño relax y ducha.

Suite Ágata, de 33 m² con cama super king size de 2X2 m con bañera y ducha.

Suite Actual, de 27 m² con terraza privada, bañera exterior y cama de igual tamaño, 2X2 m.

La Suite Alba Morus, con 50 m², cuenta con una zona lounge con sofá convertible que permite albergar hasta 4 personas, y además un pequeño jardín privado, en él una morera de 200 años os permitirá disfrutar de su sombra y de las bellas postales que ofrece de la finca.

La Habitación del Alma con 25 m² es igual de íntima y confortable, aunque algo más pequeña. Una sala de recepción y un salón completan las instalaciones del complejo.

La política de relax y bienestar que nos propone Domaine d'Agalia lleva a que los niños-huéspedes tendrán que tener 12 o más años.



Tumbonas en la piscina



Lobby y restaurante del hotel

Jardín con el mítico 2CV



HOTEL LE DOMAINE D AGAIA



Edificio principal



Suite Amalia

El Área de Bienestar, ambientada con bambú verde y el sonido de una fuente, consiste en un jacuzzi, una piscina de relajación, una sauna combinada con ducha escandinava o masajes que combinan relajación, bienestar y belleza, previa solicitud con antelación.

La Zona de Ocio se compone de una piscina climatizada de abril a junio y de septiembre a principios de noviembre, una zona fitness al aire libre y una pista de petanca, símbolo de la Provenza y autentico patrimonio local, y en un entorno entre olivos.

Múltiples actividades que tienen a la naturaleza como protagonista son perfectamente realizables desde Domaine d'Agalia, incluso ir en bicicleta a la L'isle sur la Sorgue; recorrer sus encantadoras calles y canales, disfrutar de sus mercadillos y tiendas de antigüedades (más de 300 abiertas todos los días de la semana).

También, y sirviéndote del clásico 2 caballos de Citroën, recorrer los bellos pueblos provenzales de Luberon. Una excursión imprescindible que nos atrevemos a sugerir es visitar el Sendero de los Ocres, en Roussillon. Un paisaje que parece de otro planeta, con múltiples tonos de ocre, surge en cada recodo del sendero; con formas caprichosas y dentro de un bosque verde infinito; una brecha sangrante en la tierra de una belleza indescriptible.



DOMAINE
D'AGALIA



Suite Alba Morus

Un viaje de teatro en teatro y de historia en historia, donde los escenarios se llenan con temas candentes, de recuerdos, de humor, de memoria y de absurdo.

Por: Julián Sacristán - comunicacion@wfm.es

Sarah Sanders regresa a los escenarios en España, porque en plataformas la seguimos viendo en series como **“Express”** y **“Kosta”** (The paradise) y actualmente en la película **“Con los años que me quedan”** además forma parte de una exposición sobre afrodescendientes que ha estado en el Museo Antropológico de Madrid y ha pasado por la Complutense.

Sarah produce, escribe e interpreta la obra **“El Banco”** humor en alta comedia, cuya idea original también es suya, acompañada por Carlos Moreu y dirigida por Paco Maldonado.



Sarah Sanders

Empezaste como modelo, pero tu experiencia y versatilidad te hizo actriz, aunque te costó reconocerlo.

Comencé con Hermida como modelo, y como soy bilingüe, lo compaginaba como secretaria, también tuve la oportunidad de participar en el programa de Gurruchaga, y fue como un trampolín, comenzaron a llamarme para hacer papeles con frase, y más importantes como en "Yo soy el que tú buscas" de Chávarri, o en "La mujer de tu vida" con Echanove. Y seguí en la compañía de Pepe Rubio haciendo vodevil, gracias a Francis Montesinos, donde estuve tres años, y me convencieron que era actriz.

Pues sí que tardaste en darte cuenta, porque has trabajado con todos los clásicos de la escena del momento.

Continué con Osinaga haciendo teatro y terminé en esa época con Galiardo.

Pero hacías de todo, en cine trabajabas con directores como Armiñan, García Sánchez, Vicente Aranda, Martínez Lázaro, en televisión en la series más famosas y programas de más éxito dentro y fuera de España, destacando tu parte humorística.

Si fui de las primeras mujeres humorista, por una anécdota, estaba en plató y se estropeó una cámara, empecé a contar chistes para animar al equipo, y cuando se arregló la cámara, entraron en plató La Trinca y me ofrecieron irme con ellos a su programa "No te rías que es peor" donde hice 103 programas.

Y en Viña del Mar, Chile, actué ante 40.000 personas entre Eros Ramazzotti y los Back Street Boys contando chistes, siendo la primera mujer humorista que actuaba allí.

Y eso me llevó a participar en programas en Argentina y Venezuela donde también hice una película "Piel". Y como una cosa lleva a otra me llevó a vivir durante unos años a Los Ángeles.



¿Cómo fue tu experiencia en Los Ángeles?

Muy ecléctica porque no sabían dónde ubicarme, me apunté a clases de actuación, pero allí es muy distinto. Aun así, me contrataron en The Comedy Store y para la NBC en Blind Date, e hice cosas de producción. Pero la verdad que echaba de menos mi tierra, soy una madrileña, nacida en la Base de Torrejón de padre afroamericano y madre inglesa. Criada en Soria donde mis padres montaron una galería de arte. Algo que sigue en mi vida, el arte.

¿Por eso escribiste el libro "El arte de vivir" sobre tu familia?

Era una necesidad contar la historia de mis padres y de mi familia. En una época donde una pareja interracial no era tan normal, en España y mucho menos en EE.UU.

Y con una trayectoria tan impresionante, ¿ahora teatro de nuevo con "El Banco"?

La idea surgió un día cuando salía del teatro, empecé a trabajar en el tema, y tengo la suerte de tener un compañero en escena (Carles Moreu) con el que hemos llevado la obra a otra dimensión y Paco Maldonado que le ha dado una visión muy buena.

¿El título de donde viene?

El Banco es porque los dos personajes Gloria y Charles quedan por una aplicación en un banco, dos historias unidas por el destino, donde todo es posible y nada lo que parece. Casi como la vida misma.

Bernardo Rivero

¡Qué Jarte!



Bernardo Rivero es actor, director, autor y productor que recorre España con tres obras de teatro, de su compañía Qué Jarte!. Tres éxitos que plantean temas muy actuales, como Reiniciando que a través de tres personajes cada uno en un lugar, todos interpretados por Bernardo, nos cuenta la historia reciente de la pandemia. Con Reiniciando ganó el premio a "Mejor Espectáculo" en el Certamen de Teatro de Burguillos 2022.



En Negra Sombra nos cuenta como un conocido director y autor teatral se reúne con su productor para plantearle una idea que tiene en mente sobre su propia experiencia. Quiere contar como tres amigos gays que se conocen de pequeños, se encuentran en la fábrica del pueblo. Pero en esta ocasión uno de ellos tiene un secreto que cambiará para siempre la vida de los tres.

Director y autor: Paco Rodríguez interpretada por Paco Rodríguez, Jaime de Malvar y Bernardo Rivero.



Con esta obra han conseguido el Premio Nazario de interpretación 2021 ex aequo para el elenco de la obra, en el Festival FOC en Sevilla 2021 **Género:** Comedia dramática sobre la libertad.

Incondicionales nos cuenta como la economista Patricia Muñoz interpretada por Candela Solé y Carlos Torres interpretado por Bernardo Rivero, se encuentran en el homenaje de su amigo Sergio, que les ha dejado una intrigante carta.

Incondicionales es una obra que habla sobre la amistad y el amor, lo que damos y exigimos ... una comedia dirigida por Paco Rodríguez.

Incondicionales ganó el premio a Mejor actriz, dirección e iluminación en el Certamen de Teatro Villa de Burguillos 2019. Comedia sobre la amistad incondicional.



Juanma Diez Diego, Señor B

Ella sola se murió

Ella sola se murió, de La Melicheria producciones, nos cuenta a través del absurdo como, cuando queremos ir a algún lugar que no sabemos donde está, cuando pensamos que al llegar encontraremos nuestro destino, cuando la búsqueda de dicho lugar se convierte en una obsesión e incluso en un sinsentido, no nos damos cuenta que todo está en el recorrido.

Adaptación de Julieta Melich de la obra Fando y Lis, interpretada por Lola Mandrión y Julieta Melich que también dirige la obra.

Historias imprescindibles contadas por creadores indispensables que nos hacen viajar y enriquecer nuestra vida. La vida no sé si es teatro pero el teatro es vida.

Señor B

Señor B, algunos desastres de una guerra dirigida por Jorge Sánchez escrita por Juanma Diez Diego, que interpreta, junto a Borja Cortés, Mabel del Pozo y Lolo Diego los personajes que como comenta Juanma - "Hace unos años, mi prima María me reveló, en un atardecer de verano, apoyados en una piedra en las afueras de nuestro pueblo, Piedrahita, que a su abuelo lo fusilaron un día como ese. Una noche. Nos referimos a él como Señor B porque su nombre no debe ser pronunciado"

Es una obra que trae el pasado al presente para sacar a la luz acontecimientos familiares heredados "de los que es mejor no hablar". Juanma, siente la necesidad de teatralizar el fusilamiento de B, la noche del 15 de agosto de 1936. Está solo, en un escenario oscuro y comienza a evocar el terrible suceso... Pero, ¡un momento! Dudas y personajes irrumpen en escena, sin permiso "autoral", para no dejar al protagonista contar la historia como él quiere. A veces con mucho humor.

Julieta Melich, Ella sola se murió





La ventana de Manena

Anécdotas Viajeras

Fotos y texto: Manena Munar manena.munar@gmail.com

“Son aquellas pequeñas cosas...” que cantaría Joan Manuel Serrat las que después de un viaje prevalecen en la memoria y al recordarlas se vuelve a abrir la sonrisa, a llorar, o a reír a carcajadas. Me gustaría sacar del baúl de mis recuerdos algunas de ellas y compartirlas con vosotros.

Caminos de Pasión

Entre las bambalinas de la Semana Santa andaluza

Amanece en Carmona



A pesar de estar bastante “viajada” tengo que decir que esta zona de Andalucía en particular, no tenía el placer de conocerla. Los Caminos de Pasión, me apasionaron, valga la redundancia, y sorprendieron también por diferentes motivos que procedo a relatar. Nos movemos entre los municipios de Utrera, Écija, Carmona, Osuna, Puente Genil, Cabra, Lucena, Priego de Córdoba, Baena y Alcalá la Real, provincias de Sevilla, Córdoba y Jaén. Lo primero que conviene matizar es que el gracejo andalú condimenta sabrosamente el viaje, como si de comino o hierba buena se tratara. Nuestra guía, Directora de Comunicación de Caminos de Pasión, Sara Arguijo, es una rubia y dicharachera andaluza, enamorada del flamenco, que se suelta a la mínima por bulerías en el autobús, y nos hace reír con sus ocurrencias. Anécdotas no faltan en este viaje. La belleza de los pueblos, grandes todos ellos, y rodeados de un mar de olivos, es apabullante, como lo es la cantidad de tesoros arquitectónicos, la riqueza de su barroco o la alegría que transmiten sus patios perfumados por flores.

Ni fotos, ni habladurías...

Osuna está lleno de palacios. Y sin embargo, lo inolvidable de Osuna es Rosario, a la que se le podría tildar de dueña y señora de la magnífica Colegiata de la que ha sido guía casi desde que tiene uso de razón y a la que adora. A pesar de estar jubilada, en cuanto puede se vuelve a hacer cargo de ella y se lo agradecemos todos. Rosario es una mujer graciosa, dispuesta, que no se corta un pelo, y menos si se trata de enmendarle la plana sobre esa Colegiata que se conoce al dedillo; cada cuadro, objeto, anécdotas, pasan por Rosario. Y cuidadito con hacer una foto mientras ella presenta con emoción el escalofriante martirio de San Bartolomé, donde José de Ribera, el Españolito, se autorretrató. No se le escapa una y al sorprenderme rompiendo el silencio de la Capilla

y Cripta que contiene los restos de la Dinastía de la Casa de Osuna, me señaló con el dedo cual colegiala pillada en un renuncio.

De mostachones y tocínillo de cielo, alias Bacon from the sky

Estos pueblos andaluces viven para la semana santa. Las hermandades llenan su tiempo libre. Preparan los pasos, las imágenes, el papel de cada cual. Al entrar en Utrera huele a jazmín y suena a flamenco. No por algo Utrera dio cantaores de la talla de Fernanda y Bernarda de Utrera, Enrique Montoya, y el célebre Miguel Vargas Jiménez, Bambino. Todo hay que decirlo y aparte del jazmín también llegan unos aromas a dulce que seducen la pituitaria y obligan a seguir la senda de los mostachones o el tocínillo de cielo, al que un saleroso guía tradujo a unos guiris como “Bacon from the sky”... Veinte son las hermandades de Utrera, cada cual con su momento estelar, por el qué compiten todo el año. De la hermandad gitana y de un potaje que organizaron, regadito con vino y aplaudido con palmas y cantos, surgió el festival flamenco más vetusto de España, el Potaje Gitano de Utrera que se celebra el último sábado de Junio.

Al estruendo de los tambores y al sabor de la morcilla

Baena presume con orgullo de conseguir la Semana Santa más ruidosa de la zona. Yo que considero al silencio un lujo poco valorado, me estremecí al escuchar como los llamados coliblanco y colinegro, figuras que vienen de la pintura del “Judío de Baena” de Francisco Ariza, ataviado con cola negra y blanca y tambor en mano, el martes santo empiezan a redoblar el tambor y no cesan ni un solo segundo hasta el viernes de pasión...

CAMINOS DE PASIÓN

En Lucena también tocan los tambores y trompetas al ritmo de “Pasan los Campanilleros” durante la procesión del barrio de la Aurora cuando llevan a su virgen de vuelta “al barrio”, entre velones. Y dicen que el mismo Cervantes mencionó en el Quijote los velones lucenses. De pasada oigo a alguien que amablemente le dice a un paisano que le den morcilla, a lo que aquel que recibió la morcilla dialéctica me cuenta como el dicho viene de antaño.

Era la gastronómica forma de echar el guante a un judío converso cuando al meter morcilla en la sopa éste se negaba a comerla...

Sorpresas navideñas y dulce de membrillo

Sí. Ya sé que estamos hablando de Semana Santa, pero debo mencionar que Puentes Genil y la Navidad están estrechamente unidos. Su alumbrado navideño destaca por la cantidad de puntos de luz de los que viene presumiendo desde hace 75 años gracias al proyecto lumínico de la empresa autóctona Ximenez Group. Empresa que también ilumina muchas navidades internacionales ya es una de las líderes mundiales en el sector de iluminación decorativa ¿Quién se lo iba a imaginar?

Pues igual o más importante que las luces, es el dulce de membrillo de Puentes Genil. Viene en unas cajas de metal preciosas y cuenta con anécdotas más que entrañables como la que dispongo a compartir.



La Colegiata de Osuna

La alegría de sus patios





La Riqueza del Barroco andaluz

Al aroma del membrillo en el cuartel de semana santa "el cirio" nos enseñaron el secreto de pelarlo, macerarlo y cocinarlo. Pero lo mejor fue cuando las reinas del membrillo con los brazos en jarra, y esa maravillosa jerga que según aumenta el fragor de la conversación, es difícil pescarla, pero no dejar de sonreír por la gracia que tiene, se desahogan, quitándose la palabra. Qué si ellas debían ganar el concurso del mejor dulce de membrillo que se celebra todos los años, qué si lo va a volver a ganar como siempre la Pepi, Luisi, o Juli -no me acuerdo del nombre. Qué si está enchufada, qué si no hay derecho. Yo opine al igual que ellas, sin conocer a la Pepi, Luisi o Juli -sigo sin acordarme del nombre- pues el membrillo que allí probamos es difícil superarlo.

Las calles, patios, parques de Priego de Córdoba son otra maravilla más entre estos pueblos andaluces. Tiene un mirador que contempla el mar de olivos, donde nos encontramos con la estatua de Joselito "El pequeño ruiseñor" que estuvo en Priego rodando "Saeta del Ruiseñor".



Imagínate...

Una forma de finalizar estas líneas sobre la importancia de las hermandades, imprescindible para esa única semana santa andaluza. Entramos en la casa de Encarna Hurtado, una personalidad en el arte de la imaginería, escultura sacra de tallas que saldrán a hombros de los costaleros. Una auténtica artista que vive en su taller, a modo de museo, acompañada por las tallas de vírgenes, cristos, santos y demás motivos de los pasos. Su marido finaliza el dorado final del que es un experto. No se yo, pensé, si dormiría allí tranquila.



Encarna Hurtado en su taller



traveling

gourmets

CECINAS NIETO
Elixir de León

ARROZ DE VALENCIA
El cereal de la Albufera

RIBEIRO
Historia, paisaje y vino

ESTRELLAS EN LA COCINA
Restaurante ABABOL



Cecinas Nieto

El elíxir leonés que
traspasa fronteras

Texto: Hernando Reyes Isaza - hreyes@altum.es

Fotografía: Cecinas Nieto

Cada bocado de este manjar oriundo de las tierras de León consigue llevar a quienes lo degustan a otra dimensión. Y aunque fuera de nuestras fronteras no todo el mundo tiene claro qué es, de dónde proviene o cómo se hace, se le conoce como el “Jamón de Vaca”, un producto que gracias a la marca Cecinas Nieto conquista fronteras y deja muy en alto el saber hacer español.

En tiempos pretéritos cuando vacas y bueyes además de un sustento de leche eran animales de fuerza utilizados para labrar el campo en León, el consumo de carne vacuna iba ligado a la nobleza, el vulgo no gozaba de tal prestigio. Y quizás teniendo esta idea como referencia podamos entender mejor porqué este tipo de carne salada, ahumada y sometida a un tratamiento de secado intenso encontró su espectro divulgativo a lo largo del s. XVI gracias a los campesinos de esta región y a las características climáticas que facilitaban la curación y la conservación de dicho manjar. Ciertamente este producto se remonta a tiempos de los romanos, pero fueron los astures quienes comenzaron a elaborar la cecina de León.

La cecina no es un embutido

Justo el pasado mes de febrero, y en medio del crudo invierno, nos acercábamos hasta estas tierras para conocer de primera mano el proceso de fabricación de la cecina, y lo hacíamos de la mano de Cecinas Nieto, la empresa que lidera gran parte de la excelsa producción de este delicatessen, una pyme que por otra parte está muy involucrada con otros negocios locales por los que también apuestan como el chocolate, la miel o los quesos.

En el camino hacia las instalaciones de la planta de producción de Cecinas Nieto sentimos el frío viento y Conchi Nieto, una de las propietarias, nos deja claro que son estos aires los que ayudan a curar bien las carnes y que por ello su cecina de león IGP sale tan sabrosa. Remarca que no es un embutido sino una carne en salazón (se utiliza sal proveniente de las salinas de Torrevieja) que al no ir en tripa no puede denominarse embutido y para la que se usan únicamente los cuartos traseros de vaca vieja o de buey ahumados con humo de encina o de roble. Y así, de esta manera absolutamente artesanal se viene ejecutando todo el proceso de fabricación de cecina en estas dependencias que abrieran sus puertas en el año 1965.



Conchi Nieto



Menos grasa que el jamón

Según un estudio realizado por el Instituto de Biotecnología de León, Inbiotec, la cecina tiene un porcentaje medio de grasa de 5,64 g cada 100g, de los cuales un 53% son ácidos grasos mono y poliinsaturados, destacando el ácido oleico como el ácido graso monoinsaturado mayoritario. Este ácido graso es, por ejemplo, el que se encuentra en el aceite de oliva y sus efectos cardiosaludables son ampliamente conocidos. Los ácidos grasos trans cuantificados están por debajo de 0,05g y el contenido medio de colesterol es de 60 mg cada 100g. En definitiva, mucha menos grasa que cualquier jamón ibérico de calidad.

“La cecina es una fuente proteica de alta calidad debido a su perfil de aminoácidos y, en concreto, a su alta proporción en aminoácidos esenciales, en comparación con otros alimentos”

Conquistando el mundo islámico

Cecinas Nieto, cuyos principales mercados en el exterior son Francia, Italia, Dinamarca y países del Golfo, abrió en 2019 la única fábrica de cecina 100% Halal (conjunto de prácticas y manipulación de alimentos permitidos por la religión musulmana) de España. A la pregunta de por qué abrir una fábrica de estas características, desde la dirección de Cecinas Nieto nos responden que algunos

países, como Marruecos o Jordania, adquieren productos con el sello Halal que vienen de líneas de producción certificadas Halal (aunque estén en fábricas que no sean 100% vacuno) pero otros como Emiratos Árabes Unidos, Arabia Saudita o Qatar, exigen para importar estos productos, que toda la fábrica que disponga del sello Halal elabore sólo vacuno. La tendencia en la exigencia de exportaciones Halal es que la industria no elabore porcino porque para ellos es un producto Haram (prohibido) y puede existir contaminación cruzada.

Con motivo del Mundial de Catar el año pasado, la producción de Cecinas Nieto incrementó un 800% en los últimos meses del año. La fábrica cuenta con la certificación de seguridad alimentaria IFS, certificación halal, Artesano Alimentario y la certificación de la IGP Cecina de León.

Exclusivo producto Gourmet

Entre las marcas de Cecinas Nieto, “El Abuelo Maragato” con 18 meses de curación es la única Premium del mercado y su exclusividad hace que sea estrella de ventas en el Food Court de Harrod’s de Londres, en el Dubai Mall o en Globus, de Suiza. Pocos productos españoles han alcanzado tal grado de sofisticación comercial, por lo que sin duda Cecinas Nieto, que en 2022 produjo más de 300.000 kg de cecina, es todo un ejemplo de lo que implica hacer las cosas bien, una marca de orgullo nacional.



Texturas de Cecina de León en su equilibrio

Ingredientes

12 lonchas de Cecina de León
12 lonchas de membrillo
12 lonchas de queso mascarpone
12 lonchas de Micuit

Para el Pan de Cecina:

125 gr de harina
7 gr de levadura
50ml de aceite
7 gr de mantequilla
4 lonchas de cecina de León picadas
50 ml de agua.



Elaboración

Amasar todos los ingredientes del pan y dejar que la levadura haga su efecto 45 minutos.

Estirar y cortar la masa en la forma deseada y hornear a 200° durante 15 minutos

Una vez elaborado el pan colocar equilibradamente sobre él la Cecina de León, el micuit, el membrillo y el queso, dos veces consecutivas.

Añadir por encima unas lágrimas de glasé

Más información: www.cecinasnieto.com





Ribeiro

Historia, paisaje y vino

Texto: Luis y Alejandro Paadín - alejandro@paadin.es

Fotografía: DORibeiro ©XurxoLobato



Viñedos en otoño DORibeiro /XurxoLobato

P

ocas regiones vitivinícolas del mundo ostentan un patrimonio y una historia tan amplia y dilatada en el tiempo; a pesar de las modas actuales de identificar los vinos por sus uvas, de las efímeras marcas y más allá de la trayectoria de sus elaboradores, Ribeiro prevalece como marca de vino. Y lo hace en el corazón de la provincia de Ourense, con apenas 1.300 ha actuales de viñedos en tierras de los ayuntamientos de Arnoia, Beade, Carballeda de Avia, Castrelo de Miño, Cenlle, Cortegada, Leiro, Puxín, Ribadavia y, parcialmente, Boborás, Carballiño, Ourense, San Amaro y Toén. Diferentes suelos, orientaciones, mesoclimas, valles, uvas y elaboraciones (espumosos, blancos, tintos, con crianza, Tostados) conforman su identidad.

De sus variedades de uvas ancestrales encontraremos entre las blancas: **La Treixadura**, la reina de las blancas, poderosa a la par que delicada, mezcla de frutas y flores (acacias), con un elegante amargoso final de boca; **La Torrontés**, con mucho carácter, lo que no aporta en nariz lo da en boca, mineral, casi tánica; **La Godello**, con poderío, amplía, la blanca con alma de tinta; **La Loureira**, la más aromática de todas las gallegas, frágil pero fresca; **La Lado**, una joya, pura fresca, casi acerada, un endemismo del Valle de Arnoia; **La Caíño Branco**, aromática y compleja, con boca atávica, con estructura de tinta; **La Albariño**, fresca y aromas por doquier; **La Albilla do Avia**, sutil, elegante, compleja, con tensión en boca, un endemismo del Valle del Avia; En tintos: **La Caíño Tinto**, mezcla de fruta y especiados; **La Caíño Bravo**, la más atávica, con raza, sin concesiones; **La Caíño Longo**, desbordante en nariz, mezcla de frutillos rojos y negros; **La Brancellao**, aúna elegancia, complejidad y estructura; **La Ferrón**, pura fresca en nariz y boca; **La Sousón**, notas balsámicas, mentoles, especiados, poderío en nariz y boca; **La Mencía**, fresca y delicadeza. Esta enorme diversidad nos permite hablar de los numerosos Ribeiros, más allá de una uva. Mantiene una producción en torno a los 10 millones de kilogramos de uva anuales, fruto del trabajo de 1.700 viticultores que abastecen a cerca de un centenar de bodegas.

RIBEIRO

Superados ya los negros y largos períodos de pandemias en viñedo con los hongos fitopatógenos de enfermedades fúngicas procedentes de América (en 1852 primero el oídio, luego el mildium y en 1887 afortunadamente los suelos arenosos pararon la plaga de la devastadora filoxera) y en la población (cólera, emigración, guerra civil, variedades foráneas, “el matute” de vinos turbios y fraudulentos), el Ribeiro revive su esplendor.

Manteniendo su universalidad, hoy se siguen encontrando los afamados vinos del Ribeiro en las mejores cartas de vinos por todo el mundo. Un recordatorio de que fue el primer vino europeo que se bebió en América, como así acredita un documento de los sumarios contra Colón custodiados en el Archivo Nacional de Simancas; en ellos se relata como un clérigo gallego le reclamaba “una pipa (500lt) o dos de vino de Ribadavia” que el almirante le requirió. El vino del Ribeiro viajaba por todos los mares, ya que antes de la llegada de las fortificaciones y posteriores estabilizaciones, era de los pocos vinos que aguantaban largas singladuras.

En el Ribeiro se respira tradición vitícola en todos sus paisajes y pueblos; con un patrimonio histórico vinícola único en el que aún se conservan más de 30 bodegas documentadas desde el siglo XII al siglo XVII; es visitada obligada el Museo do Viño de Galicia en Campo Redondo, como alguna o todas las “Aldeas Históricas de Vino” de Beade, Berán, Ponte San Clodio, Pazos de Arenteiro o Barzamedelle. Paseando por el Camino del Vino, nos impregnaremos de tradición vitícola como en ninguna otra parte del mundo.

La comarca se asienta en tres ríos, el Miño, amplio, sosegado, con volumen, como los vinos que proceden de las uvas de sus laderas; los vinos de las “encostas” (laderas) del río Avia lo representan, son poderosos, con nervio, puro músculo; los vinos del Avia hablan de él, son elegantes, frescos, jubilosos, dicharacheros. Una caminata por sus paseos fluviales te ayudará a entender por qué hay diferentes Ribeiros y a disfrutarlos más desde el conocimiento de su origen.

El paisaje explica la diversidad, una parada en el banco del Mirador do Piñeiro Manso o un recorrido por el Parque natural de Pena Corneira (Carballada de Avia y Leiro) nos ayudarán también a entender la comarca, sus gentes y sus vinos.

La historia del Ribeiro está escrita en piedra y así lo atestiguan los numerosos lagares rupestres, como el del Castro de Santa Lucía (Castro do Miño) datado del siglo I. Y si de castros hablamos, el de San Cibrao de Lás (San Amaro y Punxín) es el de mayor tamaño de Galicia que permite pasear físicamente por él y recrearse en una experiencia inmersiva en 3D de la vida castreña. Se dice que los gallegos no saben venderse, son otros los que los venden, eso explica en parte la conservación del barrio judío dentro del Conjunto Histórico de Ribadavia y las más de 200 iglesias, conventos y Monasterios como el de San Clodio que se encuentran en la comarca. Más allá del vino, merecen visita los conjuntos de hórreos de las Eiras de Quins, Muimenta y Beresmo. Al finalizar una de las jornadas, nada como acabar relajándose en las termas de Prexigueiro.

Viñedos DORibeiro /XurxoLobato





Vendimia DORibeiro /XurxoLobato



No queremos que te vayas del Ribeiro sin conocer su tesoro mejor guardado, el Tostado, el Rey de los Vinos de Galicia, no tenemos testimonio de cómo huele y sabe la ambrosía, la bebida de los dioses, pero estamos seguros de que se asemeja al Tostado del Ribeiro. Esta joya enológica es un vino Naturalmente Dulce, que sólo se pueden elaborar donde clima, suelo, variedades y conocimiento lo permiten. El vino de obsequio, de agradecimiento, de comprar favores, de los Pazos, de los hidalgos, de los grandes acontecimientos; un vino que preferimos regalarlo o beberlo como única compañía de nuestros momentos de disfrute en soledad, sin más presencia que un libro, música, pensamientos, es como nuestro tesoro. También, como nos comentaba nuestro entrañable amigo el estudioso del patrimonio vitivinícola del Ribeiro, Antonio Amil (técnico responsable de la oficina de turismo de Ribadavia), el vino reconstituyente para las parturientas y las nodrizas como Urraca Pérez, que amamantó al Rey Alfonso X el Sabio en sus primeros años de vida. Un vino del pasado acompañado de miles de historias, que ha llegado hasta nuestros tiempos para tu goce. Disfrútalo, pero no lo cuentes.

Dónde comemos Los Paadín:

Restaurante Sábrego

Forma parte del conjunto de una casona del siglo XVII que alberga el hospedaje rural Casal de Armán, es sin duda una de las mejores cocinas no solo de Ourense, sino de toda Galicia. El equipo dirigido por su gerente Jorge González y el Chef Marco Varela, te harán disfrutar de una experiencia completa, entorno, producto y técnica, a tu servicio.

San Andrés - 32415 Ribadavia

Tf.: 988 491 809 / 638 043 336

info@sabregorestaurante.com



Restaurante A Garrafeira

Espacio agradable al pie del paseo fluvial del río Avía, establecimiento con una amplia y excelente representación de vinos del Ribeiro; con una carta de platos de temporada que acompañan al vino, no el vino al plato. Destacamos los mejillones al vino del Ribeiro y la oreja crujiente. Si el día acompaña, la terraza es una excelente opción.

C/ Gabino Bugallal nº80 - 32420 Leiro Grande

Tf.: 988 488 379

restauranteagarrafeira@gmail.com

Mesón A Lareira

Una Casa de Comidas como las de antes con producto y tradición, el templo de los pimientos de Arnoia en todas sus elaboraciones, memorable su sopa de cocido, los chorizos caseros, pulpo con patatas, excelentes setas en temporada, carnes maduras a la brasa; con una buena representación de vinos de bodegas del Valle del Arnoia.

A Reza s/n A Barca - 32417 A Arnoia,

Tf.: 988 492 980





Mesón Lembranza Orixe

En una casa de aldea de piedra, con terrazas y tienda de producto selectos, con una cocina tradicional con toques de actualización. Buena carta de vinos del Ribeiro, destacando los platos con huevos de gallinas del entorno, como el revuelto de estrugas (ortigas), también el bacallau en diferentes modalidades y sus parrilladas de carnes y hortalizas.

Ctra. Principal, 11 - 32455 San Amaro

Tf.: 988 401 470

info@lembranza.gal

Gastrobar O Birrán

En pleno centro del conjunto histórico de Ribadavia, con una buena representación de vinos de todos los valles del Ribeiro y una cocina ágil de platos de fusión, destacamos el pulpo con queso, el codillo meloso, las croquetas de calamares, los canelones de ternera o la zorza con huevo.

Praza Magdalena 8 - 32400 Ribadavia

Tf.: 988 472 317

candyrutofficial@gmail.com



Bodegón Do Veleiro

Entrañable bodegón donde degustar el vino de la casa (amparado en la D.O.) acompañado de seguramente unas de las mejores anguillas fritas de la comarca, deliciosas son las patatas de sus caldeiradas así como las de su tortilla, los chorizos de raxo y ceboleros fritos, sin olvidar los pimientos dulces italianos fritos.

Baixada a Nogueira, 1, Laias - 32459 Cenlle

Tf.: 988 280 072

razamonde@gmail.com



Estrellas en la cocina

ababol

RESTAURANTE

Albacete



Estrella Michelin

Juan creció entre huertos, campos y caza, aprendiendo a amar el buen producto. Desde temprana edad ya salía de caza, obteniendo algunas piezas básicas para la alimentación diaria como algún palomo o conejo, y si no para disfrutar de los largos paseos con su padre y de la naturaleza.

El actualmente chef se ha formado en la Escuela Superior de Hostelería de Artxanda (Bilbao), recorriendo posteriormente algunos de los mejores restaurantes de España pasando gran parte de su vida profesional en la capital vizcaína. Tras varios años vuelve a Albacete para dar luz a los productos y productores locales con un concepto basado en la tierra manchega y sus raíces reflejado ahora en su restaurante Ababol.

Chef Juan Monteagudo



¿Cómo empezaste y cuando supiste que querías ser cocinero?

Empecé en septiembre de 2011 en la escuela de hostelería de Artxanda en Bilbao... pues lo decidí ese año aunque ya llevaba un tiempo, por empuje de mi abuela, decidido a serlo.

Cuéntanos brevemente tu día a día en Ababol

Pues gestionar la economía del restaurante, la administración, gestión de proveedores, cartas y cocinar... tengo un gran equipo en el que confiar y delegar... pero esto es un no parar, y me encanta mi profesión y este restaurante, que al final todo ha sido diseñado y pensado por mí... será mejor o peor pero es Juan Montea-gudo.

¿En qué está inspirada tu cocina?

En el territorio que nos encontramos, en lo sabores de toda la vida... buscamos ese guiño a la tradición de aquí, a cocinar en la sartén de hierro, en las brasas... apostar por nuestra

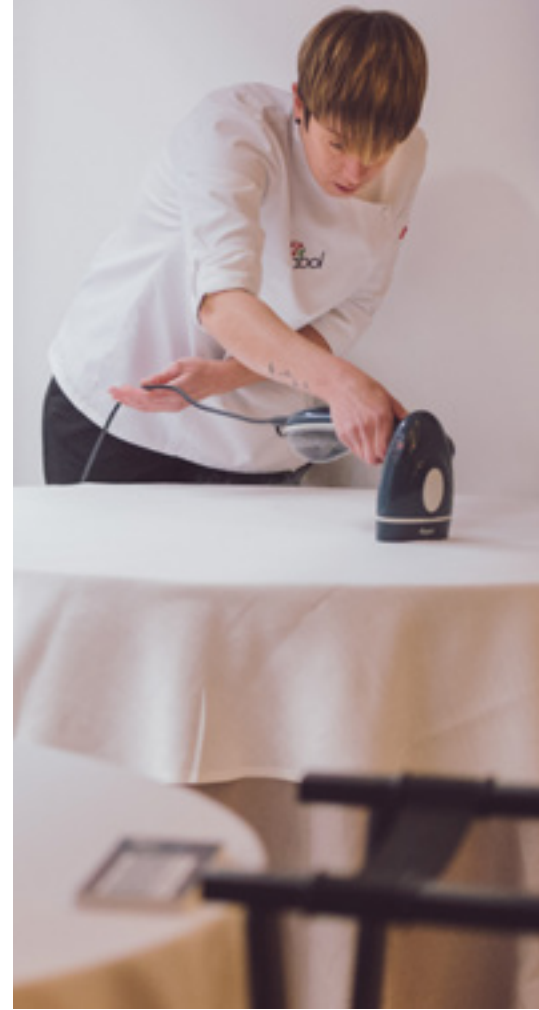
huerta, la matanza... Está inspirada en la honestidad del producto y en la humildad del territorio.

¿Qué te ha supuesto obtener la Estrella Michelin y cuánto trabajo hay detrás de ella?

Me ha supuesto cumplir un sueño y no dejar de creer en que a base de trabajo se consiguen las cosas, hemos tenido también algo de suerte y estoy más que agradecido a que la guía nos haya concedido este galardón! No solo es un orgullo y una ayuda para Ababol, sino para Albacete, para agrandarla y mejorarla.

Háblanos de tu equipo, ¿quiénes forman el alma de Ababol?

*Pues la forman el equipo que trabaja a diario en Ababol, **Susi, Isma, Alvaro, Ángel, Laura, Miriam, María, Monse, los proveedores, los pequeños productores, mi familia y por último yo...** si faltara una de las piezas que he mencionado, este motor no funcionaría y mucho menos igual que como está funcionando actualmente, son el alma de ABABOL.*



¿Quién es o ha sido tu chef de referencia y por qué?

*Pues la verdad que no sabría decidirme pero podría decir **Alvaro Garrido y ENEKO Atxa**, por su apuesta por el territorio desde el minuto uno y su apuesta por una cocina de verdad sin artificios...*

Ababol ostenta el título conseguido en Madrid Fusión de la mejor croqueta de España, ¿Cómo la elaboras?, ¿Qué tiene de especial para haberse alzado con esta distinción?

La elaboramos con mucho cariño, ejejejeje.

Pues la base está en hacer y cuidar la bechamel y controlar la temperatura para añadir el jamón, que no sea una temperatura muy agresiva que no sobre cocine el jamón y pigmente la bechamel.





¿Por qué ir a ABABOL a comer, qué os diferencia?

Porque váis a comer Juan Montea-gudo al 100% quizá nuestra cocina parezca sencilla y quizá de poco re-lumbrón pero si que alberga sorpre-sas en los sabores y la mezcla de los mismos... cada bocado que se da... es un poco de nuestra personalidad, eso es lo que nos diferencia

Para terminar aparte de Ababol, ¿si tuvieses que elegir un res-taurante...?

Pues diría que MINA, en Bilbao... Don Gil en Albacete, MARALBA... TABAIBA que son unos grandes pro-fesionales y amigos!



Fotografías

- 1.- Asadillo manchego
- 2.- Pato azulón a la brasa
- 3.- Bigarade con uva encurtida
- 4.- Caballa en salazón



LA RECETA

La mejor croqueta del España

Ganadora del concurso a la mejor croqueta en Madrid Fusión 2023. Creada por Juan Monteagudo.

Ingredientes

- Leche de oveja 1 litro
- Hueso de jamón 1 kg.
- Mantequilla de barra 140 gr.
- Nata 36% m.g. 100 ml.
- Gelatina en hojas 12 gr.
- Harina de trigo 140 gr.
- Jamón ibérico en tacos 120 gr.



Croqueta de jamón Ibérico - Restaurante Ababol

Elaboración

- 1.- infundir la leche con los huesos de jamón limpios y dejarla reposar (12h)
- 2.- picar el jamón
- 3.- hidratar la gelatina en agua fría
- 4.- colar la leche y calentarla
- 5.- hacer la roux con las grasas y la harina (roux: Es una masa solo con 2 ingredientes)
- 6.- añadir en 3 veces la leche a la roux e ir removiendo hasta homogeneizar y espesar
- 7.- añadir el jamon picado
- 8.- calentar la nata y diluir la gelatina
- 9.- añadir la nata a la masa y homogeneizar
- 10.- una vez este homogenea remover cada 10 min para enfriar
- 11.- volcar en una bandeja , cubrirla con film de cocina y reservar en la nevera

Los restaurantes preferidos de Juan Monteagudo (chef de Ababol)

¿Un restaurante para ir con amigos, algo informal?



Neotaberna de Santerra Madrid

Miguel lo hace genial en todo lo que toca y la parte informal de su restaurante me parece espléndida... esas croquetas!!



¿Un restaurante romántico para ir con la pareja?

Restaurante Mina Bilbao

Mina en Bilbao, fui con mi pareja hace 1 año y fue nuestro primer viaje a más de 500 km y fue un viaje muy romántico.



¿Un restaurante para comer buen pescado?



Restaurante Zárate Bilbao

Hice prácticas allí y la verdad son de los que mejor tratan el pescado a nivel nacional. No hay mejor sitio para comer pescado



¿Un restaurante para comer buena carne?

**Txacoli
Simon**
Bilbao

*Difícil elección! Cualquier Txakoli de país Vasco!
Txacoli Simon Es un asador famoso por su chuleta a la brasa.*



¿Un restaurante de comida internacional?



**Street
XO**
Madrid

*StreetXo sin lugar a dudas, de mis lugares favoritos...
Ya van 12 visitas!!!*



ababol
RESTAURANTE



Más información

ababol: C. Calderón de la Barca, 14 Albacete - Tel: 967 02 08 82 - www.restaurantababol.es



Arroz de Valencia

el cereal que hace vivir La Albufera

Texto: Redacción Fotografía: D.O. Arroz de Valencia



El cultivo de este cereal garantiza el flujo hídrico que hace posible la vida en el humedal y extiende la presencia de la lámina de agua durante los meses en los que esta escasea, entre los meses de mayo y septiembre



Cuando los musulmanes introdujeron, allá por el siglo X, el arroz en las zonas pantanosas de la capital, entonces llamada Al Buhera, no se imaginaban la importancia crítica que su labor iba a tener no solo para la gastronomía y la cultura de la región, sino también para la conservación de un entorno natural único, un ejemplo de simbiosis colaborativa entre el hombre y la naturaleza singular. La Albufera, hoy Parque Natural, está íntimamente ligada a los arrozales. Sin ellos, es altamente probable que no existiera y desapareciera. Los arroceros de este enclave, unidos en torno a la Denominación de Origen Arroz de Valencia, son conscientes del delicado equilibrio de su labor y velan por la conservación de este marjal del que depende su sustento y, en gran medida, la idiosincrasia misma de Valencia.

El cultivo de este cereal garantiza el flujo hídrico que hace posible la vida en el humedal y extiende la presencia de la lámina de agua durante los meses en los que esta escasea (entre mayo y septiembre). Los verdes brotes soportan, además, la población de aves migratorias, que cada vez encuentran menos ecosistemas de humedal. Durante siglos, se ha dado, de manera natural, una sinergia entre los cultivos, el propio terruño y los ciclos de reproducción y migración de los ánades reales, de las fochas o de las agujas colinegras, que encuentran en sus aguas cálidas el alimento preciso. Este triunvirato está condenado a entenderse de por vida.

El entorno es de una belleza excepcional. A solo 10 kilómetros del centro de Valencia, el viajero descubrirá un entorno mágico, con un atardecer absolutamente memorable. Disfrutar de la gastronomía local (indispensable su all-i-pebre de anguila o la lliça adobada), surcar las aguas del lago más grande de España en las barcas tradicionales (las albuferencas) mientras se da cuenta de una rica paella o pasear en bicicleta cuando cae el sol, son solo algunos de los atractivos de este entorno único y antrópico, modelado con sabiduría y respeto por la mano del hombre desde hace más de 1.200 años.



Hablamos con **Santos Ruiz**, gerente de la D.O. Arroz de Valencia.

¿Cuál es la labor de la D.O.?

Velamos por que el arroz cumpla estrictos parámetros de calidad y procedencia, pero también somos los guardianes de un ecosistema singular y complejo en el que animales y personas nos complementamos. La Albufera ocupa unas 21.000 ha, de las cuales 17.500 están ocupadas por cultivos de este cereal. Aquí se produce el 90 % del arroz que ampara la D.O., un cereal perfecto para el recetario tradicional valenciano, pero también para cualquier plato mediterráneo en el que se busque el mejor resultado.

¿Cómo podemos sumergirnos en el mundo del arroz de Valencia?

Solo hace falta sentir curiosidad por esta cultura, profundamente arraigada en el territorio, y tener ganas de disfrutar. El Museo del Arroz, en pleno barrio del Cabañal, es un punto de partida excepcional. En un molino arrocero en uso hasta los años 70, el visitante puede conocer el complejo proceso de transformación de una manera amena, didáctica e ideal para toda la familia. Y los más cocinillas, o los profesionales, asistir a alguno de los cursos de nuestra Escuela del Arroz, en la que impulsamos los mejores usos culinarios de las tres variedades de este cereal que amparamos, el bomba, el albufera y el tipo senia. Y claro está, acercarse a la Albufera y charlar con los vecinos y arroceros, nuestros mejores embajadores, pero también los que llevan generaciones ligados a un territorio que lo es todo para ellos. Son, por convencimiento y supervivencia, convencidos ecologistas, pioneros de este movimiento.

¿El arroz de Valencia es tradición o modernidad?

Es un alimento rico y sumamente versátil. El arroz de Valencia es, sin discusión, uno de los alimentos más emblemáticos de la cocina española y, por supuesto, de la tradicional valenciana. ¿Hay un plato que genere debates más encendidos que la paella? Pero además de este bagaje riquísimo, hay un floreciente campo de vanguardia y experimentación. Pensemos en chefs de la talla de Quique Dacosta o Ricard Camarena, auténticos pioneros, y otros muchos, menos conocidos, pero que siguen su estela y que, con toda certeza, darán que hablar y llevarán por bandera nuestro arroz. Tenemos un pasado increíble, pero un futuro aún más apasionante.



Santos Ruiz, gerente de la D.O. Arroz de Valencia.

¿Podría explicarnos cuál es el proceso de certificación de la Denominación de Origen del arroz de Valencia?

Por supuesto. El proceso de certificación de la Denominación de Origen del arroz de Valencia comienza con la solicitud de los productores que deseen acogerse a la misma. A partir de ahí, se realiza una inspección exhaustiva de las instalaciones y del proceso de producción, desde el cultivo del arroz hasta su comercialización. Si se cumplen todos los requisitos establecidos por la Denominación de Origen, se otorga la certificación correspondiente y se puede utilizar el sello distintivo de la Denominación de Origen en los productos.

¿Cuál es el papel de la Denominación de Origen del arroz de Valencia en la promoción del arroz de Valencia en el mercado nacional e internacional?

La Denominación de Origen del arroz de Valencia juega un papel muy importante en la promoción del arroz de Valencia en el mercado nacional e internacional. Realizamos actividades de promoción y difusión en ferias y eventos gastronómicos, colaboramos con chefs y restaurantes de prestigio y estamos presentes en las redes sociales y en otros canales de comunicación. También trabajamos en colaboración con otras Denominaciones de Origen y con la Administración para promover el consumo de productos de calidad y de origen local.



La siega





Arroz tipo sènia

Esta variedad engloba un conjunto de subvariedades – j.sendra, gleva, montsianell, sènia y bahía— con características organolépticas similares. Son arroces que absorben muy bien el caldo y el sabor, y es especialmente cremoso, por lo que se recomienda su uso en las recetas de arroces secos y melosos. Sin embargo, requiere prestarle atención porque es un arroz que pasa con mucha facilidad de estar al punto a pasarse y, por ello, tampoco se puede dejar reposar demasiado tiempo.

Arroz bomba

Es una de las variedades más antiguas y también de las más apreciadas. Absorbe muy bien el caldo y los sabores, pero tiene una ventaja a la que debe su nombre: aguanta muy bien la sobrecocción y, en lugar de romperse, se abomba y se arruga un poco, lo que le permite guardar el almidón y que quede suelto y no se apelmace. Requiere más tiempo de cocción que otras variedades y ofrece un resultado final de gran firmeza. Es un arroz perfecto para paellas, pero también para otros platos en los que se desea que el grano quede suelto. Es una variedad menos productiva que otras y por eso su precio es mucho mayor.



Arroz albufera

Esta variedad es la más joven y es fruto de un cruce entre las variedades bomba y sènia que desarrolló el Instituto Valenciano de Investigaciones Agrarias (IVIA) en 2007. Es un arroz que queda muy cremoso en superficie y mantiene la firmeza del grano, lo cual lo hace especialmente indicado para arroces melosos o incluso risottos. Tiene una ventaja culinaria: no resiste la sobrecocción como el bomba, *pero sí el reposo, es decir, no evoluciona cuando se saca del fuego.*



Lhardy

El clásico que siempre es tendencia

Por: Hernando Reyes Isaza - hreyes@altum.es

De la mano de Pescaderías Coruñesas, el clásico restaurante Lhardy ha vuelto a destilar esa exclusividad que solo la alta cocina puede dar. En esta temporada los platos de cuchara son las estrellas. En este establecimiento producto, tradición, elegancia y toques franceses marcan el rumbo del refinamiento.

Testigo a lo largo de más de un siglo de los principales acontecimientos de la historia, especialmente la gastronómica, Lhardy ha conseguido preservar la identidad del lugar y superarse culinariamente. Sin duda, hablamos de un restaurante diseñado para disfrutar de una gran cocina y, esta temporada, los platos de cuchara se convierten en una propuesta de lujo que aúna pasión, un cuidado esmerado en cada uno de los detalles y una materia prima excelente.

180 años de buena cocina

Tras más de 180 años de buena cocina, en Lhardy se cuida al detalle desde la presentación de las mesas hasta el acabado del plato, con especial atención a los gustos y necesidades del cliente.

Este mítico lugar se presenta como una oportunidad única para vivir una experiencia gastronómica de altura en un ambiente romántico y elegante cuya mágica atmósfera parece inalterable al paso del tiempo. Estamos ante todo un icono de la capital de España, un emblema de distinción culinaria y de la restauración que ahora escribe otro capítulo de su propia historia con la misma esencia y filosofía que en sus orígenes en 1839 cuando lo fundara Emilio Huguenin, pero experimentando una nueva era inspirada en la cocina clásica con una minuciosa revisión de las recetas legendarias y en la que se presta una atención especial a la excelencia en el comensariado y la selección de las materias primas. Todo ello, avalado por la experiencia y tradición de Pescaderías Coruñesas, excelsa empresa donde las haya, que ha conseguido atraer de nuevo las miradas del público en la Carrera de San Jerónimo.

Asimismo, las piezas de plata, menaje o cristalería, —auténticas reliquias objeto de deseo para los amantes de la gastronomía—, en algunos casos casi olvidadas, relucen hoy en el restaurante para ensalzar su trayectoria histórica.

Los clásicos como gran baza

Cautivando con sabores y aromas los platos de toda la vida de esta gran casa siguen siendo emblema. Este invierno, el protagonismo se lo llevan elaboraciones como los callos Lhardy —los más famosos de Madrid—, su mítico cocido madrileño o platos inspirados en la cocina francesa, como la sopa de cebolla, elaborada con cebolla pochada, consomé de Lhardy y una capa de pan tostado hecho en su propio obrador y cubierto de queso comté gratinado, que resulta perfecta para templar el cuerpo. Destacan otras muchas propuestas que, independientemente de la estación en la que estemos, nunca fallan: nuestro favorito la ensaladilla de lubina de anzuelo.



Salón Isabelino. Debajo colección de botellas con licores



Ensaladilla de lubina de anzuelo



Acertado prisma de la tradición

Lhardy pone sobre la mesa una propuesta gastronómica que combina platos de corte clásico, perfeccionados con materias primas de primera calidad, como el Solomillo Wellington con patatas a la inglesa -cuya cobertura de hojaldre es completamente artesana y elaborada por el equipo de cocina-, el 'Foie' del Ampurdán en escabeche o la Perdiz en escabeche con pampalinas; una selección de platos recuperados de los orígenes del restaurante, como el Pato Canetón de las Landas asado a la naranja (receta centenaria de Lhardy); nuevas incorporaciones de la familia García Azpiroz, como el Salpicón de bogavante gallego o las Almejas de Carril a la sartén con Palo Cortado; e incluso una combinación entre las dos casas, con ejemplos como el Salmón Ahumado de Pescaderías Coruñesas con huevo hilado de Lhardy, el Lenguado Evaristo al Champagne



Solomillo Wellington

o la Lubina salvaje "Buenavista", la icónica elaboración del siglo XIX donde se presenta el pescado en frío, una singularidad que realza sabor, textura y atractivo visual.

Por último, la carta dulce, protagonizada por postres como el Milhojas de crema con ganache de vainilla montada, el mítico Soufflé de Lhardy— para el que el equipo de cocina elabora de manera artesanal desde el bizcocho a la nata, pasando por el helado-, El Goloso del Chef del Cacao o la Torrija à la minute con bola de helado de vainilla, entre otros.

Lenguado Evaristo al Champagne





Famosísimo cocido madrileño



Postre Mont Blanc

Un broche final a esta completa propuesta cuya redondez la aporta su selección de vinos del mundo, donde destacan etiquetas nacionales e internacionales y en las que se combinan bodegas contemporáneas y tradicionales.

Y como último detalle solamente reconfirmar que el consomé de Lhardy sigue siendo la delicia de transeúntes y paseantes de esta calle, y su samovar, sin duda, el más famoso de la ciudad. La mejor antesala para hacerse en su tienda con los productos más excelsos y exclusivos.

Lhardy

C/ Carrera de San Jerónimo, 8 - Madrid

T: (+34) 915 213 385

E: lhardy@lhardy.Com





Vista de la terraza y fachada del mesón

El Mesón de Fuencarral

Esencia de los
fogones
castellanos

Por: Hernando Reyes Isaza - hreyes@altum.es

Ramón Dios





Interior del mesón



“

Con preceptos que ponen en valor la tradición de los sabores castellanos este restaurante que cumplió recientemente 90 años mira al futuro sin desmarcarse de las pautas que lo han conducido hacia el éxito.

”

Ramón Dios, tercera generación de la familia, es quien hoy conduce este navío que realza el recetario castellano, una casa de comidas de todos los tiempos que bien exalta tradición y calidad. Y es que ciertamente los platos que tan bien conocemos y que forman parte de nuestro imaginario gastronómico adquieren un matiz mucho más valioso cuando se confirma que desde 1932 su forma de ejecutar las recetas apenas se ha visto alterada.

Sazón de toda una vida

En este mesón las croquetas de jamón y pollo, por ejemplo, siguen siendo tan cremosas como siempre gracias a la reducción máxima de la cantidad de harina en la bechamel; la morcilla de arroz o esas judías verdes “cortadas a mano” con jamón ibérico, siguen siendo verdaderos emblemas del buen comer que no pasan de moda.

Y ahondando en el tema es obligatorio traer a colación aquellos callos a la madrileña, o esas migas con chorizo y huevo, receta especial y única de la casa, o los míticos asados de cordero lechal o de cochinillo, una de las especialidades de este gran restaurante. Sin embargo, hay otras propuestas cambiantes como los arroces o algunos pescados que en la carta acompañan a estos platos icónicos. Y si de postres se trata, cómo no traer a la palestra a esa leche frita castellana que se sirve empanada no rebozada, o un flan de la casa con nata que no tiene parangón.

El cliente como epicentro de todo

Se cuenta que incluso durante la Guerra Civil los abuelos de Ramón, Pilar y Ricardo, quienes entonces estaban a cargo del negocio, tuvieron que traer producto de otros pueblos de la sierra de Madrid para continuar sirviendo sus recetas en condiciones, esas que también alimentaban el alma... Y aunque pocas cosas han cambiado desde entonces, sí que podemos afirmar que este establecimiento está enfocando el futuro de una manera que llama la atención por su acierto, se quiere que los comensales en este 90 aniversario comiencen a experimentar El Mesón de una manera, se diría, más vanguardista. Quieren abrir su cocina a otros chefs de renombre otorgando unos pases especiales demostrando que tradición y creación conviven cuando se habla de comer bien.

En palabras de Ramón, *“seguimos siendo los mismos, aunque vamos cambiando. Es decir, mantenemos los valores que nos han traído hasta aquí 90 años después, pero la forma de disfrutar de un restaurante ha cambiado mucho en estas nueve décadas, y nosotros nos adaptamos al cliente, que es el centro de esta casa”*.



Vistas de la terraza



Migas con huevo



Judías verdes con jamón ibérico



Calamar a la plancha



Una Terraza que enamora

El aspecto del mesón también sigue intacto en algunos de sus comedores manteniendo esos detalles que le hacen único como sus sillas de anea, su chimenea o sus grandes ventanales de madera. Bonito y acogedor a partes iguales, el Mesón de Fuencarral cuenta además con una terraza agradable y apartada del ruido de la ciudad que se ilumina delicadamente por la noche. Un lugar de retiro y tranquilidad a solo 10 minutos de Plaza de Castilla. En ambos espacios seguirá estando disponible la carta con muchos más platos del recetario que está en el imaginario de todos. Estas acciones son las grandes protagonistas de este cumpleaños que no solo celebra tantas décadas como lugar de acierto y repetición, sino que pone en valor la cocina que sentó las bases de nuestra gastronomía, la de la abuela de Ramón y la de tantos más.



Berenjenas con salmorejo



Paletilla de cordero al horno

El Mesón de Fuencarral

Ctra. M-607 Vía de Servicio, Km. 14,500, Madrid
Tel: 917 341 019





Pedro Araujo, maestro chocolatero en Vinte Vinte

Vinte Vinte, chocolate con efecto WOW

Texto: Redacción - Fotografía: WOW Oporto

Las plantaciones de cacao se encuentran principalmente en un territorio concreto del planeta, la denominada “franja del cacao”, que está comprendida veinte grados al norte del Ecuador y veinte grados al sur del Ecuador. Por ello, cuando WOW Porto creó su marca de chocolate decidió nombrarla “Vinte Vinte” (veinte veinte en español) como homenaje y guiño a esta zona sin la que no podría elaborar sus tabletas y productos de chocolate.

La fábrica de Vinte Vinte se encuentra dentro del distrito cultural WOW Porto, en Vila Nova de Gaia, a orillas del Duero y frente a la mágica ciudad de Oporto. Además, la factoría se halla integrada dentro de The Chocolate Story, el museo experiencial con el que WOW Porto rinde ho-

menaje al chocolate y también da a conocer la historia del cacao, desde las plantaciones de cacao hasta la elaboración del chocolate.

De esta manera, todos los visitantes del museo conocen la historia de este alimento de los dioses -pues eso es lo que significa, Theobroma cacao, el nombre científico de la planta del cacao- y posteriormente pasan a ver cómo se desarrolla el proceso “bean-to-bar” (del haba a la tableta) que sigue Vinte Vinte para la elaboración de sus productos de chocolate.

Al frente de la elaboración del chocolate Vinte Vinte está Pedro Araujo, el maestro chocolatero de WOW, quien se encarga personalmente de comprobar la materia prima



y el desarrollo de la producción. De esta manera, se encarga de la elección de los mejores terroirs, las mejores cosechas de habas de cacao y los mejores ingredientes. Su dedicación a estas labores garantiza la calidad de los productos Vinte Vinte.

Debido a que el cacao seleccionado para los chocolates de WOW procede de diferentes países y regiones de la franja del cacao, la marca de chocolate puede producir diferentes gamas, de manera que dentro de sus productos hay espacio para gustos variados con las gamas Classic y Fusion, además de las gamas Cacau Intensity y Grand Cru. De hecho, su gran variedad y modo de trabajar la materia prima ha hecho que Vinte Vinte haya sido premiada con hasta 11 premios de entidades internacionales de renombre como los Academy of Chocolate Awards (AoC) o el Art Directors Club of Europe (ADCE).

La gama Classic es la que recoge los chocolates más comerciales y a los que el consumidor suele estar más acostumbrado: Chocolate Negro 70%, Chocolate Negro 50%, Chocolate con Leche y Chocolate Blanco, mientras que la gama Fusion, está pensada para aquellas personas que se atreven a mezclar el chocolate con otros aromas. De esta manera en la gama Fusion se encuentran tabletas de chocolate con diferentes ingredientes: avellana, chili, sal, menta y frutos rojos. Las combinaciones exactas que conforman este conjunto de chocolates son: chocolate 70% con flor de sal, chocolate 70% con chili y también con extra de chili, chocolate del 58% con menta, chocolate de leche 35% con avellanas y chocolate blanco con frutos rojos.

Por su parte, las gamas Cacau Intensity y Grand Cru, albergan los chocolates más premium y especiales de Vinte Vinte.



CHOCOLATES VINTE VINTE



Existe una gran variedad de deliciosas tabletas de chocolate



Bombones de chocolate Vinte Vinte



Imagen de la fábrica de chocolates Vinte Vinte en Oporto

En la gama Cacau Intensity se encuentran los chocolates de más alto porcentaje de cacao y por tanto más puros, además cada tableta está elaborada con habas procedentes de un país concreto de los que conforman la franja del cacao, permitiendo degustar los diferentes aromas del cacao según su procedencia: el chocolate 100% Perú proviene del valle de Marañón y es una variedad extremadamente rara de cacao que incluso se creyó que estaba perdida hasta que en 2007 se encontraron algunas plantas de esta variedad en este valle. El chocolate 85% Madagascar procede de este país, de la plantación Mava de cerca de 635 hectáreas donde el cacao se cultiva de forma orgánica y también de la plantación Ottange en la ribera del río Ramena.

En cuanto al chocolate 75% Nicaragua, el cacao con el que se elabora pertenece a este país y es una variedad propia de él llamada O'Payo™ que se cultiva en la Reserva Natural Bosawas. El chocolate 65% República Dominicana se elabora con el cacao de pequeños productores de este país caribeño mientras que el chocolate 55% Uganda es cultivado por 1.000 pequeños productores bajo la marca de cacao Floresta Semuliki. Por último, el cacao del chocolate 45% Venezuela se recoge en la región de Barlovento del país y está considerado un híbrido Trinitario-Criollo, además es un cacao de alto aroma por encontrarse intensamente fermentado.

Por su parte, Grand Cru es el cacao premium superior de WOW. Tiene un porcentaje del 70% de cacao y su país de origen es México. En concreto, las habas de cacao se cultivan en la plantación de la Finca La Rioja en Soconusco y representan una de las especies más raras y especiales de cacao. Para su elaboración las habas se recogen, fermentan, se secan y se seleccionan rigurosamente para que el producto tenga una textura suntuosa y de aromas únicos.

Además de las tabletas de chocolate que conforman estas gamas de chocolate, Vinte Vinte también dispone de otros productos. Por un lado, sus cajas de bombones con seis combinaciones distintas: Chocolate Negro 70% de Cacao Clásico, Chocolate de leche 35% de Cacao Classic, Chocolate negro 70% de Cacao con Vino de Oporto, Chocolate negro 70% de Cacao Classic con Praliné de Avellana, Clásico chocolate con leche Classic 35% de Cacao con Caramelo y Chocolate Blanco Clásico y Maracuyá. Por el otro, Vinte Vinte también produce sus propias trufas: las Trufas clásicas elaboradas con el chocolate de la gama clásica Vinte Vinte y las Trufas de vino de Oporto BIN 27, las trufas clásicas bañadas en vino de Oporto BIN 27.

smartbox

BUSINESS SOLUTIONS



Agradecer a equipos y colaboradores regalando experiencias únicas

¡que recordarán siempre!

CONTACTA CON NOSOTROS y encontraremos juntos

#ElMejorRegaloCorporativo

Equipo especializado dentro del Grupo Smartbox que asesora a empresas y agencias con los mejores regalos corporativos a través de nuestras experiencias en formato Caja Regalo o e-Caja de experiencias digital (envío por email) siempre con posibilidades de personalización y con condiciones especiales.



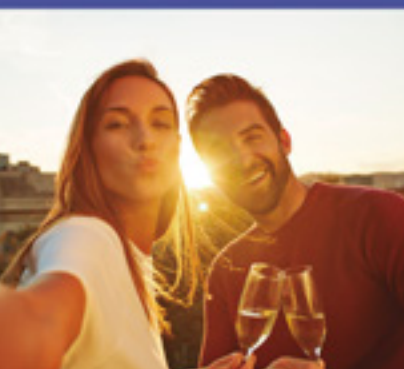
REGALO EVENTOS



RETOS INTERNOS



CAPTACIÓN



AGRADECIMIENTO



FIDELIZACIÓN



info.empresa@smartbox-group.com / 91 746 86 41

@SmartboxBusinessSolutionsSpain

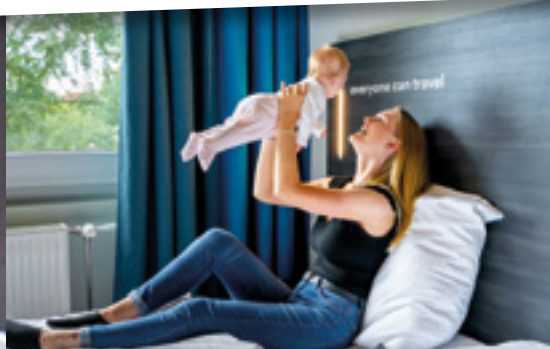


Número 1 en Europa

Todas las habitaciones con baño y WiFi gratis



▶ Habitaciones
dobles



▶ Habitaciones
familiares



▶ Dormitorios

Tus ventajas en a&o:

- ✓ Servicio 24/7
- ✓ Ubicación céntrica y buenas conexiones
- ✓ Primera cadena de hostels con una prestigiosa calificación de sostenibilidad de Sustainable Fitch



MISSION ZERO EMISSIONS

aohostels.com/green