



Los secretos de la cocina del cava

Prólogo de Rafael Ansón

Presidente de la Real Academia de Gastronomía



Gracias por adquirir este eBook

Visita Planetadelibros.com y descubre una nueva forma de disfrutar de la lectura

¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!

Primeros capítulos
Fragmentos de próximas publicaciones
Clubs de lectura con los autores
Concursos, sorteos y promociones
Participa en presentaciones de libros

PlanetadeLibros.com

Comparte tu opinión en la ficha del libro
y en nuestras redes sociales:



Explora

Descubre

Comparte

MOMENTOS CAVA





PRÓLOGO

RAFAEL ANSÓN

Presidente de la Real Academia de Gastronomía



Pepe Carvalho, el famoso detective surgido de la imaginación de Manuel Vázquez Montalbán, es un gran enamorado de la gastronomía y de los productos alimenticios catalanes. Solía aprovechar sus visitas a la coctelería barcelonesa Boadas para disfrutar de un cóctel de cava, donde el espumoso combinaba con brandy, vodka, azúcar, angostura y triple seco.

Traigo a escena a este gran personaje de nuestra literatura para demostrar la vocación «camaleónica» del cava, bebida de glamour y de antihéroes literarios, de celebraciones especiales y del día a día, ingrediente de recetas caseras y de alta cocina, tan local como universal, toda una panacea gastronómica que empezó su recorrido hace ya varios siglos.

Por encima de otras parafernalias, el «rey de los espumosos españoles» elaborado según el método tradicional, el que se puso en marcha en la Champaña francesa y que llevó al benedictino Dom Pierre Pérignon, encargado de la bodega de su abadía en Hautvillers, a salir de ella entre grandes voces asegurando que estaba «bebiendo estrellas». Hablo del método en el que se impone que la segunda fermentación del vino tenga como escenario la propia botella.

Las primeras botellas de este vino espumoso catalán comenzaron a obtenerse ya en la segunda mitad del siglo XIX. Se inició entonces un gran éxito enológico basado probablemente en la selección de tres de las variedades blancas que en esa época se cultivaban en los valles del Anoia, y que se encuentran en la base de los principales cavas: la macabeo, la parellada y la xarel·lo. Estas tres uvas forman la trilogía sagrada del cava, a la que después se añadieron otras cepas (hoy en algunos figuran también la chardonnay, la malvasía, la monastrell, la trepat y hasta la pinot noir).

La macabeo, originaria de Asia Menor, se cultiva en España desde tiempos muy remotos y se conoce también por otros nombres como viura o macabén. Está muy extendida sobre todo por Cataluña, así como por el Alto Ebro, la Comunidad Valenciana y La Rioja. Cepa muy productiva, presenta racimos de buen tamaño y granos pequeños.

La parellada, que a finales del siglo XIX se tenía por la uva más representativa de la ciudad de Barcelona, recibe los nombres de montonec o montonega. De racimo grande y color verde oscuro, su producción sigue concentrada en las regiones vitivinícolas catalanas, aunque aparece también en zonas del Alto Ebro y el Duero. Prefiere el clima fresco, así que tiende a ocupar zonas altas, lo que le proporciona mayor finura aromática que compensa su baja graduación alcohólica.

Finalmente, la xarel·lo es una uva mediterránea muy tradicional que se presenta en diferentes mutaciones blancas y rosadas. La introdujeron en Cataluña los navegantes que recorrían sus costas procedentes de Grecia y Cartago, aunque fueron los romanos quienes delimitaron su cultivo. La xarel·lo blanca, también llamada «cartuja blanca», tiene racimos medianos y bayas grandes poco compactas.

Podemos decir que con estas uvas comienza la historia del cava, con un recorrido mucho mayor que el que hasta ahora le ha concedido la costumbre, puesto que a veces nos olvidamos de que el cava no es uno sino muchos, uno para cada ocasión, y ahí radica su impresionante fuerza gastronómica, tal como se presenta con gran acierto en este libro.

El nexo de unión entre los diferentes capítulos es la versatilidad de una bebida capaz de armonizar con cualquier escenario y, sin lugar a dudas, con todas las cocinas del planeta. Tan versátil, adaptable y compleja que, paso a paso, va desestacionalizándose y extendiendo su consumo mucho más allá de su tradicional éxito navideño.

Para disfrutarlo, basta con conocerlo.

Dicen los cavistas que el buen cava es aquel que al descorcharse hace un ruido seco, sordo y no muy fuerte, no derrama la espuma y la mantiene durante todo el tiempo en la copa. Dicen también que las burbujas (quizá uno de los símbolos de alegría más universales) deben ser pequeñas y formar una hilera fina que ascienda veloz hasta la superficie. Si un cava satisface ambas condiciones, su calidad estará prácticamente asegurada, pero hay que saber algo más para disfrutar en la mesa de una experiencia completa.

«NO HAY PLACER GASTRONÓMICO CON EL QUE NO ARMONICE EL CAVA.»

Habrá que saber —y de eso se encargan estas páginas— que, teniendo en cuenta el tiempo de crianza y según la denominación más o menos oficial, podemos distinguir entre cava tradicional, cava reserva, cava gran reserva y Cava de Paraje Calificado, y que, en función de los azúcares añadidos por litro, tenemos brut nature, extrabrut, brut, extraseco, seco, semisecco y dulce —la adición de azúcar va desde los 0 gramos por litro en el brut nature hasta los 50 gramos por litro del dulce—. Y, también, que las posibles armonías para cada tipo de comida han de definirse en función de las siguientes variables básicas: acidez, dulzor, estructura y efervescencia.

No hay placer gastronómico con el que no armonice el cava: un tradicional brut es perfecto en aperitivos, ensaladas o mariscos cocidos; un dulce o un semisecco dan un toque magnífico a postres,

pastelería o chocolates, y un reserva brut y un brut nature, a aperitivos complejos, patés, pescados o carnes blancas, mientras que un paraje calificado es ideal para platos muy elaborados y complejos, y un rosado con más crianza para arroces y carnes blancas. Y estos son solo algunos de los ejemplos de los *Momentos Cava*.

A través de este más que necesario volumen, el Consejo Regulador de la DO Cava, presidido por Pedro Bonet —uno de los grandes apellidos de la historia del espumoso español—, confirma que los momentos del cava son todos los momentos, en función de cada cava y de las variables sensoriales que cada uno aporta, como se indica en algunos capítulos de esta obra, entre los que destaco el que ha elaborado Jaume Estruch: «Percibir es vivir».

Además del doctor Estruch, a este propósito ha venido a sumarse un gran elenco de grandes expertos, como los prestigiosos sumilleres Juan Muñoz y Guillermo Cruz, el *bartender* Damià Mula, el especialista en enoturismo Josep Forns, el conocido periodista Ramon Francàs, además de la Fundación de la Dieta Mediterránea y la Fundación Española de la Nutrición (FEN), que preside Gregorio Varela Moreiras.

También, y desde luego, la Real Academia de Gastronomía, ha querido participar en este proyecto, conscientes de que el cava forma ya parte de nuestra tradición y es una joya gastronómica que tiene en Cataluña a su principal representante, aun cuando no se deba olvidar la existencia de bodegas adscritas a la denominación de origen y radicadas en otras áreas de la geografía española. Por eso podemos hablar de un gran tesoro nacional, un prodigio a la hora de combinar lo sólido con lo líquido.

En este escenario reina una maravillosa y enriquecedora diversidad, precisamente la que demandan los aficionados a la buena mesa, para quienes el cava es un acompañante tan versátil como extraordinario. Para respaldar esta realidad gastronómica, nada mejor que la fantástica colaboración de chefs y *bartenders* de renombre, que aportan su entusiasmo y sus conocimientos sobre recetas y armonías a la proyección y difusión de los cavas.

Tras felicitar de nuevo al verdadero promotor de la obra, el Consejo Regulador de la DO Cava —cuyos miembros muestran un perfil revolucionado y activo, sin miedo a la innovación—, no queda sino animar al lector a paladear estas páginas y a brindar por la calidad y pujanza de una bebida que merece y a la que se augura un futuro espléndido en cada uno de los momentos gastronómicos de nuestra vida.

PRESENTACIÓN

PEDRO BONET FERRER

Presidente del Consejo Regulador de la DO Cava

Este libro, *Momentos Cava*, no es un ensayo al uso de una denominación de origen en el que se hable del territorio, la historia, el método, las variedades y características, etc., aunque de forma sintética se exponga y se relacione todo ello (toda esa información se encuentra bien detallada en obras anteriores y, por supuesto, en nuestra web www.docava.es), este libro, producto de conversaciones con don Rafael Ansón sobre el papel del cava en la gastronomía, versa sobre los *momentos del cava*. Vaya por delante nuestro agradecimiento por su valiosa ayuda en el capítulo gastronómico y por su interés inestimable en realizar esta obra.

Hemos querido hablar del producto en su momento álgido, cuando el consumidor elige cava como bebida y espera que esa copa produzca la satisfacción deseada. Pero ¿qué tipo de cava elegir? ¿Cómo agrupar los cavas por sus características organolépticas? ¿Cuándo consumirlo? Y... ¿cómo y con qué? El con quién ya es cosa de cada cual, y desde luego también es muy importante. El cava nos acompaña y remarca los mejores momentos de nuestra vida. Sin duda, la mejor manera de disfrutar de la peculiar naturaleza espumosa de una copa de cava es en compañía, y por ello en su

historia el cava ha estado presente en todo tipo de celebraciones y encuentros, ya sean íntimos y familiares o multitudinarios.

Este libro, además, pretende mostrar aspectos no muy conocidos del cava, como su vertiente nutricional, que es de gran enjundia a la par que desconocida, aunque sus propiedades nutritivas están siendo cada vez más valoradas gracias a la aportación que la Fundación Española de Nutrición está haciendo en este campo, labor que queremos agradecerle desde estas páginas.

Y es que, como vino que es, el cava se considera un alimento y, como tal, por las cualidades de sus componentes, está reconocido como un elemento de la dieta mediterránea con propiedades beneficiosas, siempre que se tenga en cuenta la moderación en su consumo. Diversas investigaciones han demostrado que el cava es una bebida recomendable desde la perspectiva nutricional porque presenta un alto contenido en polifenoles, compuestos biosintetizados por las plantas con propiedades antioxidantes que ayudan a retrasar el envejecimiento, prevenir el alzhéimer y favorecer un adecuado funcionamiento cardiovascular, y porque, además, su aportación calórica no es excesiva como nos cuenta la Fundación de la Dieta Mediterránea en su artículo.

Por otra parte, como *partenaire* gastronómico, el cava es sin duda un gran protagonista. Gracias a la Real Academia de Gastronomía (RAG), en este libro se incluye un extenso capítulo de recetas elaboradas con cava y/o para acompañarlas con cava, elaboradas por grandes chefs españoles de renombre internacional, que enriquecen estas páginas con su presencia y a quienes agradecemos enormemente su participación en la creación de este atractivo, práctico e importante capítulo de *Momentos Cava*.

Para mayor satisfacción gastronómica en el momento del consumo, la RAG propugna una clasificación organoléptica de los diferentes tipos de cava, y para ello hemos contado con el equipo del doctor Jaume Estruch, fundador de Percepnet, especialista en análisis sensorial. Gracias a esta colaboración, se han ordenado los cavas organolépticamente según su mayor o menor intensidad de los sabores básicos, de forma que, matizados con el tiempo de crianza y el licor de expedición en su caso, Estruch y su equipo nos proponen un cuadro sencillo en el que se clasifican los diferentes tipos de cava para aconsejar las adecuadas armonías con productos y/o platos cocinados. No se trata de hacer cirugía sensorial para adivinar los componentes del cava o sus semejanzas con otros productos (frutas, pastelería, especias, etc.), sino simplemente de dar una definición práctica y sencilla de cada tipo de cava y hacer una recomendación para armonizarlo con determinados platos.

«EL CAVA NOS ACOMPAÑA Y REMARCA LOS MEJORES MOMENTOS DE NUESTRA VIDA.»

No hemos querido olvidar en este libro el apartado cóctel, tan de moda últimamente. Sin duda, el cava, por su versatilidad y contenido carbónico natural, es un *mixer* de primera categoría, como nos cuenta Damia Mula, *bartender* profesional y profesor en el CETT. Además contamos con la experiencia de grandes creadores de cócteles que han compartido con nosotros varias de sus recetas para abrir este universo al consumidor curioso.

No podía faltar en un libro como este un capítulo de ayuda práctica para saber cómo conservar, preparar y servir adecuadamente el cava, teniendo en cuenta los diferentes tipos y las últimas tendencias de los grandes sumilleres en cuanto a temperaturas y copas. Y para su creación, hemos contado con la experiencia y los conocimientos de Guillermo Cruz, primer Mejor Sumiller de España en Cava, que nos ha ilustrado sobre el aprovisionamiento del cava, conservación, consumo y servicio, bodega, temperatura, copas..., teniendo en cuenta los diferentes tipos de cava y la tendencia actual que marca la sumillería.

Otros colaboradores, para nosotros amigos, han participado también en este libro aportando su *expertise* en diferentes ámbitos. Es el caso de Ramon Francàs, gran conocedor del sector del cava y de su historia o Josep Forns, que nos cuenta cómo está el sector del enoturismo en el cava. Finalmente, el sumiller Juan Muñoz, que nos introduce las mejores propuestas por las que apostaría cualquier experto en armonías con cava.

Este libro, por último, no reniega de la naturaleza y larga historia festiva del cava como espumoso de calidad que es y que ha seguido a su manera la estela del otro gran espumoso, el champán. El cava ha estado presente en los mejores momentos de nuestras vidas, enriqueciéndolos y haciendo especiales las celebraciones.

Lo expuesto más arriba se desgana extensamente en las páginas que siguen. Esperamos que sea de su agrado y le aporte un mayor conocimiento sobre el cava, el vino espumoso de calidad elaborado por el método tradicional más exportado en el mundo.

Desde el Consejo Regulador de la DO Cava, agradecemos enormemente a todas las personas e instituciones que han

colaborado en la creación de este libro *Momentos Cava*.



El cava

Una identidad propia distinta de la de cualquier otro vino



LOS ORÍGENES DEL CAVA

RAMON FRANÇÀS I MARTORELL

La del cava no ha dejado de ser la historia del carácter inquieto y de superación ante las adversidades de una emprendedora región, el Penedés, con una tradición vitivinícola de más de dos mil años. Ya dijo Walt Disney que todos los sueños pueden hacerse realidad si se tiene el coraje de perseguirlos. Además, como recordó el abogado y tratadista Peter Drucker, donde hay una empresa de éxito, alguien tomó alguna vez una decisión valiente. En Sant Sadurní d'Anoia, la capital del cava, un grupo de agricultores y elaboradores de vino, entre los que destacaban Marc Mir y Manuel Raventós, apostaron por esa decisión valiente: una renovación rápida del viñedo, enfocando las viñas hacia la mejora de los vinos espumosos, entonces recién implantados en España, concretamente en Sant Sadurní d'Anoia, después de que la devastadora plaga de un insecto, la filoxera, inmune al pie de vid americano, asolara el viñedo europeo.

El origen del cava, pues, viene asociado al esplendor de la viticultura catalana de mediados del siglo XIX. En ese siglo, varias familias de Sant Sadurní d'Anoia iniciaron la investigación de la nueva técnica de elaboración con segunda fermentación en botella aplicada a los cultivos de la zona, fruto de sus estudios y ensayos, vinculados al prestigioso Instituto Agrícola Catalán San Isidro. Nació así el cava,

con una identidad propia. En 1872, se elaboraron en el municipio de Sant Sadurní d'Anoia las primeras botellas de cava siguiendo el método tradicional de segunda fermentación en botella, dando inicio a lo que ha acabado siendo un potente sector empresarial y convirtiendo el municipio en la capital neurálgica del cava, pese a otros ensayos realizados con anterioridad, descritos en Vilanova i la Geltrú o en Blanes. Se atribuye a Agustí Vilaret (Mont-Ferrant) la comercialización de las primeras botellas, también en 1872, aunque fue Codorníu quien dio el primer gran impulso al cava. La pérdida de las colonias españolas, a las que llegaban grandes cantidades de aguardiente elaborado en el Penedés, también fue determinante.

El gran mérito no solo fue haber conseguido la restauración de los viñedos tras la plaga del insecto alado que asoló las viñas de toda Europa, sino acertar en su decisión de determinar qué variedades de uvas se desarrollarían con más éxito en estos cultivos. Se empezó a experimentar con variedades autóctonas y con otras que ya se cultivaban en la zona como el macabeo, la xarel·lo, parellada, monastrell y garnacha, así como con variedades más centroeuropeas de prestigio internacional como la chardonnay y la pinot noir. La visita del rey Alfonso XIII al Penedès en 1904 representa ya un reconocimiento de que los vinos espumosos que allí se producían eran vinos de calidad, al tiempo que refuerza la autoestima del sector y potencia su proyección. De esta forma, poco a poco, la elaboración de vinos espumosos fue consolidándose.

En los años veinte del siglo pasado, el cava se afianza en el mercado español, alcanzando su gran crecimiento en los sesenta y su consolidación internacional, gracias al gran empuje de Freixenet, en los ochenta. En 1911, las estadísticas oficiales muestran que sus

ventas en España ya superan la cifra de las importaciones de vinos espumosos extranjeros. Hoy se vende más cava en Francia que champán en España. La década de 1960 representará la época de inicio de la gran expansión del cava hacia el exterior, que seguirá creciendo hasta nuestros días, con una presencia en más de ciento veinte países de todo el orbe con cerca de ciento sesenta millones de botellas vendidas al año. Al mismo tiempo, también se desarrollan las exportaciones, se introducen nuevas tecnologías, evoluciona la calidad en el oficio y se profesionaliza cada vez más el trabajo hasta convertir el cava en el líder indiscutible en volumen de los vinos espumosos elaborados siguiendo el método artesanal. La apuesta por la innovación ha sido clave en la industria del cava. Y es que, como recordó Steve Jobs, el padre del primer ordenador personal y fundador de Apple, la innovación es lo que distingue al líder de sus seguidores.



«EL ORIGEN DEL CAVA, PUES, VIENE ASOCIADO AL ESPLENDOR DE LA VITICULTURA CATALANA DE MEDIADOS DEL SIGLO XIX.»

APUNTES HISTÓRICOS

En **1872** se elaboran en el municipio de Sant Sadurní d'Anoia las primeras botellas de cava siguiendo el método tradicional de segunda fermentación en botella.

En **1887** llegó la plaga de la filoxera al Penedès, que arruinó los cultivos de uva. Esto conllevó una renovación de las variedades utilizadas, con la introducción de cepas blancas de calidad autóctonas, en sustitución de variedades negras. Esta sustitución facilitó el desarrollo del cava, ya que adquirió personalidad propia.

En **1904**, la visita del rey Alfonso XIII al Penedès representa el reconocimiento de que los vinos espumosos que allí se producían eran de calidad, refuerza la autoestima del sector y potencia su proyección.

En **1911**, las estadísticas oficiales demuestran que las ventas de cava en España ya superan la cifra de las importaciones de vinos espumosos extranjeros.

El Decreto del 18 de abril de **1932** crea «el régimen de denominaciones de origen de los vinos» y se fija el plazo de cuatro meses para completar este decreto con un Estatuto General del Vino.

Posteriormente, en una orden de **1959**, se promulgaron las primeras normas españolas sobre vinos espumosos. Fue también en este texto donde se utilizó por primera vez en un documento oficial la palabra «cava», si bien este nombre no tiene todavía la etimología que más tarde le haría definidor de un vino espumoso.

Así, el nombre genérico «cava» no se aplicará de una forma específica hasta la promulgación de una nueva orden, en enero de **1966**, por la cual se aprobará la Reglamentación de Vinos Espumosos y Gasificados.

Concretamente, su Disposición Final Segunda establece: «La Junta de Vinos Espumosos creada por Orden del Ministerio de Agricultura el 23 de abril de **1969** queda integrada en el Instituto Nacional de Denominaciones de Origen, y se denominará a partir de ahora Consejo Regulador de Vinos Espumosos y Gasificados».

En **1972**, ante el conflicto con Francia por la denominación protegida champagne, se constituyó el Consejo Regulador de los Vinos Espumosos, que aprobó la denominación de «cava» para nombrar al espumoso español, zanjando la disputa y respaldando y valorizando el nombre común utilizado en la zona para este vino, llamado «vino de cava».

Fruto de esta necesidad, se publicó la Orden de 27 de febrero de **1986** por la cual se establece la reserva de la denominación «cava» para los vinos espumosos de calidad elaborados por el método tradicional en la región que allí se determina. Fue en esta orden, concretamente en su anejo, donde se especifica la zona de producción de la Región Determinada del Cava, que actualmente está definida en el vigente Reglamento del Cava.

Como paso necesario posterior a la incorporación de España en la Comunidad Económica Europea y el reconocimiento del cava como un vino espumoso de calidad producido en una región determinada (v e c p r d), en **1991** se publica la Orden Ministerial de 14 de noviembre de 1991 que aprueba el actualmente vigente Reglamento de la Denominación de Origen Cava y de su Consejo Regulador.

En **2015**, la ley reconoce que el cava puede optar a la categoría Cava de Paraje Calificado.

En **2016**, el pliego de condiciones del Consejo Regulador fija los requisitos para optar a la nueva categoría Cava de Paraje Calificado.

En julio de **2017** el Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente promulga el reconocimiento de determinados parajes calificados dentro de la DOP Cava.

LA DENOMINACIÓN DE ORIGEN CAVA

Con esta denominación oficial se busca proteger y distinguir los productos cuya calidad y características genuinas están relacionadas tanto con el lugar del que proceden, por sus particularidades geográficas y humanas, como con la forma de producirlos, transformarlos y elaborarlos en esa misma zona. Los productores y elaboradores que se acogen a la denominación de origen trabajan con el compromiso de mantener la más alta calidad posible de sus productos empleando métodos tradicionales de producción. A cambio, obtienen una protección legal frente a otros productos semejantes elaborados en otras zonas y el acceso a mercados nacionales e internacionales.

La Denominación de Origen Cava garantiza al consumidor un nivel de excelencia constante y le asegura el disfrute de este vino espumoso de características específicas y genuinas que lo convierten en una bebida única, el cava.

Definición

Cava es la denominación de origen española de vinos espumosos de calidad que se producen en la Región del Cava mediante la

realización de una segunda fermentación alcohólica, en botella, del vino base y cumpliendo el método tradicional.

El vino debe permanecer, al menos, nueve meses en contacto con las lías (microorganismos, principalmente levaduras, encargadas de realizar la fermentación alcohólica) y en la misma botella en la que tuvo lugar la segunda fermentación. Puede ser blanco o rosado.

Territorio

La zona geográfica de producción de uva y de elaboración de vino base y cava, conocida como Región del Cava, comprende 159 municipios de diferentes provincias: Barcelona (63), Tarragona (52), Lleida (12), Girona (5), La Rioja (18), Zaragoza (2), Álava (3) y Navarra (2), además de los de Requena (Valencia) y Almendralejo (Badajoz).

Sant Sadurní d'Anoia, es conocida como la capital del cava y fue en sus alrededores donde se empezó a desarrollar la industria de lo que hoy es uno de los sectores más representativos y de más éxito de la viticultura de nuestro país.

Consejo Regulador

Tras la publicación de la Orden de 14 de noviembre de 1991 del entonces Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, se creó el Reglamento de la Denominación del Cava y el Consejo Regulador, un organismo integrado por un presidente, un vicepresidente, seis representantes de los viticultores, seis representantes de los elaboradores, un representante designado por cada una de las comunidades autónomas de la Región del Cava y un representante del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente.

SUS FUNCIONES SON:

- Orientar, vigilar y controlar la producción, elaboración y calidad de los vinos amparados, haciendo cumplir el Reglamento de la Denominación del Cava.
- Velar por el prestigio de la Denominación de Origen Cava y perseguir su empleo indebido.
- Promocionar el cava para la expansión y mejora de sus mercados.
- Desarrollar funciones de defensa jurídico-institucional de la denominación de origen.

«LA DENOMINACIÓN DE ORIGEN CAVA GARANTIZA AL CONSUMIDOR UN NIVEL DE EXCELENCIA CONSTANTE Y LE ASEGURA EL DISFRUTE DE ESTE VINO ESPUMOSO DE CARACTERÍSTICAS ESPECÍFICAS Y GENUINAS QUE LO CONVIERTEN EN UNA BEBIDA ÚNICA, EL CAVA.»



Aron Altsent

EL MÉTODO TRADICIONAL

Los vinos espumosos no siempre gozaron de la aceptación y la fama de vinos únicos y especiales que hoy en día se les reconoce, sino al contrario, su carrera hasta la fama ha sido larga y difícil, y durante mucho tiempo se les consideró defectuosos por contener en su interior ese gas no deseado. Un recorrido lleno de experiencias a ciegas hasta que en 1857 Louis Pasteur alumbró al mundo con el descubrimiento de las bacterias y su función en la transformación de unos productos en otros diferentes, en nuestro caso, del mosto al vino.

El descubrimiento de Pasteur no solo tuvo una enorme importancia en la medicina (microbiología) y en las ciencias naturales, también, como bien sabemos reconocerle en el cava, fue primordial para la creación de no pocas industrias alimentarias que hasta entonces no existían, pues producían sus productos, por ejemplo el queso o el vino, gracias a una generación espontánea, sin tener ningún fundamento científico. Sin duda, la viticultura le debe su base científica a Pasteur.

Antes de él, desde tiempos inmemoriales se conocía la existencia de vinos raros con espuma, que eran despreciados y a los que se les llamaba «*vins du diable*» o «*vins saute bouchon*», entre otras denominaciones empleadas en la Champagne, hoy famosa por su

espumoso. El vino de calidad debía ser tranquilo, sin defectos, como se consideraba el hecho de que tuviera gas o de que fuera excesivamente ácido. Los maestros bodegueros desconocían por qué algunas cosechas, al sacarlas en la primavera siguiente a su vinificación, no daban el vino tranquilo que esperaban, sino uno con gas, a pesar de seguir año a año, generación tras generación, el protocolo de elaboración que era el resultado empírico de muchas vendimias exitosas. Cuando esto ocurría, era un desastre y el descrédito del bodeguero.

Con Pasteur, llegó la explicación. En ocasiones, el frío otoñal paraba la fermentación porque las levaduras naturales, que obviamente se desconocían y eran la causa, quedaban hibernadas y, como consecuencia de ello, aquel vino quedaba con restos de glucosa en su interior. La subida de las temperaturas en la siguiente primavera despertaba las levaduras, que no hacían otra cosa que continuar con su función biológica, metabolizando los restos de glucosa y produciendo algo más de alcohol y anhídrido carbónico, que quedaba retenido en el interior de la botella hasta su degüelle. Al destapar esas botellas se descubría el denostado gas, aunque algún personaje de leyenda exclamase a los monjes de la Abadía de Hautvilliers la primera vez que le ocurrió: «Hermanos, ¡he bebido estrellas!».

Tras Pasteur, otros científicos e investigadores, como el farmacéutico François de Chalons o Robinet de Epernay, fueron experimentando hasta poder concretar la fórmula aproximada del llamado «licor de expedición», vino con azúcar más levaduras añadidas. Ese licor se incorporaba en la cantidad recetada al vino en el momento del embotellado, con el fin de provocar en su interior una

segunda fermentación en cada botella. Así nació un rudimentario método tradicional en la segunda mitad del siglo XIX para producir vino espumoso a voluntad. Método que se iría puliendo con sucesivas aportaciones de los maestros bodegueros, *chefs* de cavas y enólogos, hasta quedar totalmente definido en todas sus medidas.

«LA ELABORACIÓN DEL CAVA CONFIERE AL ENÓLOGO LA CATEGORÍA DE ARTISTA CREADOR DE CAVAS SINGULARES, CON EL RETO DE SUPERARSE CONSTANTEMENTE EN LA BÚSQUEDA DE LA EXCELENCIA.»

Existen otros métodos para elaborar espumosos que se pueden calificar también de naturales a la par que industriales, como son el ancestral, que prescribe el tiraje a mitad de la primera fermentación, o el conocido como método *charmat* o *gran vas*, que provoca, como el tradicional, la segunda fermentación, pero en grandes envases para posteriormente filtrar y embotellar. Finalmente, existe otro método artificial que es el de añadir carbónico exógeno al vino.

Sin duda, el más apreciado cualitativamente es el tradicional. Permite imaginar al enólogo espumosos totalmente personales, de gran calidad, a base del arte del *assemblage* específico, creado, botella a botella, con largas crianzas sobre lías; adaptar estilos a producciones pequeñas originadas en parcelas concretas, parajes, que distinguirán esos espumosos con una identidad reconocible en el tiempo. La elaboración del cava confiere al enólogo la categoría de

artista creador de cavas singulares, con el reto de superarse constantemente en la búsqueda de la excelencia.

Los enólogos conocen con certeza lo que representa trabajar con el método tradicional. Podríamos decir que elaborar espumosos hoy en día es relativamente sencillo o incluso muy sencillo en relación con los primeros pasos a ciegas que dieron aquellos bodegueros de principios del siglo XVIII, cuando trataban de domesticar las burbujas generadas espontáneamente sin saberse el porqué. Entonces la proeza en viticultura era llegar con algunas pocas botellas a buen fin.

Estadísticas de esa época hablan de más del 95% de roturas por exceso de presión al haber añadido demasiado azúcar o porque el vidrio era débil. Que la botella llegase al consumo era un éxito, aunque estuviera algo turbia por no haber podido eliminar las lías restantes tras la segunda fermentación. Actualmente, esta estadística es cercana al cero y esta operación se realiza mecánica y fácilmente, pero los primeros elaboradores no consiguieron perfeccionarla hasta un siglo después de que se comercializase la primera botella de champán en 1729. Cien años para presentar ese vino espumoso perfectamente límpido para su consumo. Hoy en día, el enólogo dispone, además, de la mejor tecnología desarrollada específicamente para solucionar todos aquellos problemas, entonces irresolubles, pero siempre siguiendo escrupulosamente el método tradicional. El del cava.



PROCESO DE ELABORACIÓN DEL CAVA

El nivel de excelencia del cava empieza sin duda en los viñedos; los productores lo saben muy bien, y por ello controlan cuidadosamente todo el proceso del cultivo de las viñas, a fin de recoger la uva cuando se halla en el punto óptimo de maduración, paso indispensable para garantizar la máxima calidad del cava.

En nuestro país, la vendimia, que puede hacerse a mano o a máquina, se realiza generalmente entre mediados de agosto y finales de septiembre, aunque el momento puede variar dependiendo del grado de maduración de la uva que la bodega desee conseguir. En esta fase, el transporte y la descarga son factores determinantes, pues precisan realizarse con la máxima celeridad y de la forma adecuada para asegurarse de que las uvas, tan cuidadosamente seleccionadas, lleguen en buenas condiciones a las bodegas, y que el tiempo transcurrido entre la recolección y la obtención del mosto sea el mínimo posible.

Prensado

Al llegar la uva a la bodega, se inicia el proceso de elaboración del vino base con la extracción del mosto flor mediante un prensado

suave para no dañar el fruto. El mosto flor, que también se denomina «mosto yema» o «mosto lágrima», es el primero que se obtiene del estrujado de uvas y es el único que se utiliza para elaborar el cava, porque con él se consigue dotar a estos singulares vinos espumosos de su característica suavidad y finura.

Tras el prensado (cada una de las variedades de uva se prensa separadamente), viene la clarificación, que consiste en eliminar la pulpa o partes sólidas que hayan podido pasar al mosto flor.

Vinificación

Una vez clarificados los mostos, se inicia el proceso de la primera fermentación, en el que el mosto se convierte en vino añadiéndole levaduras seleccionadas y con un riguroso control de temperaturas para aprovechar al máximo los aromas propios de las distintas variedades de uva, cada una de las cuales se vinifica por separado.

Las levaduras actúan transformando el azúcar natural de la uva en alcohol y anhídrido carbónico y, de esta forma, se obtienen los vinos base cava monovarietales. A continuación, finalizada la vinificación, el enólogo determina la proporción de cada tipo de vino y variedad que conformará el *cupage* (mezcla de vinos) que dará origen a los diferentes cavas, teniendo en cuenta si quiere conseguir un cava con más o menos cuerpo, con sabores más o menos afrutados, etc.

Tiraje

En el siguiente paso se llena la botella con vino base y se añade una mezcla de azúcar y levaduras vínicas, el denominado «licor de tiraje», que, al fermentar, produce la espuma que caracteriza al cava. Es lo que se conoce como «segunda fermentación», que se realiza en la misma botella.

«EL NIVEL DE EXCELENCIA DEL CAVA EMPIEZA SIN DUDA EN LOS VIÑEDOS...»

Rima

Las botellas se tapan con un obturador y chapa o con un tapón de corcho y una grapa y se colocan en posición horizontal («de rima») en galerías o locales subterráneos. Allí estarán en total reposo durante un mínimo de nueve meses, sin que exista un límite máximo para este período, en un ambiente oscuro y húmedo y a una temperatura prácticamente constante que no sobrepasa nunca los 15 °C, para así conseguir la toma de espumas. Es lo que se llama «tiempo de crianza».

Removido

Finalizada la crianza, es necesario eliminar los sedimentos que se hayan producido en la segunda fermentación y que suelen quedar adheridos al cuerpo de la botella. Para ello se colocan las botellas inclinadas boca abajo en los llamados «pupitres», donde, a diario y manualmente, se les da un octavo de vuelta con un pequeño movimiento vibratorio, aumentando al mismo tiempo el grado de inclinación. En algunos casos, esta operación también se puede realizar de forma mecánica con los denominados «giropalets».

Degüelle

Al cabo de dos o tres semanas, el sedimento baja hasta el cuello de la botella y se retira destapando la botella y dejando salir una pequeña cantidad de espuma que arrastra a su paso los restos de

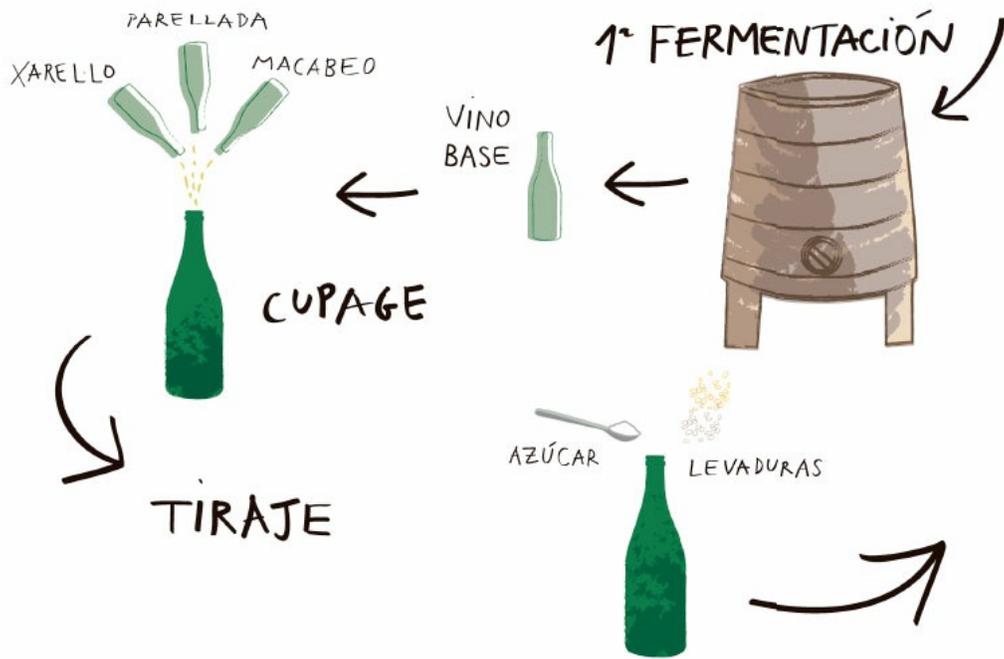
levaduras causados por la segunda fermentación. Con esta operación, el cava debe quedar brillante, sin muestra alguna de sedimento. Actualmente, esta tarea resulta mucho más fácil gracias al proceso de congelación del cuello de la botella, que posibilita que al abrirla salgan todos los sedimentos en bloque.

Taponado

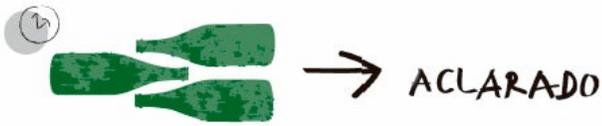
Antes de colocar el tapón definitivo, se rellena la botella, para restablecer su volumen inicial, añadiendo licor de expedición, que es el que dotará al cava del aroma especial que la bodega le quiera dar y el que lo distinguirá sin duda entre todos los demás cavas del mercado. En definitiva, el licor de expedición es el secreto mejor guardado de muchas bodegas, la fórmula secreta que se transmite de generación en generación. Ateniéndose a las normas de denominación de origen, este «toque final» puede estar compuesto de sacarosa, mosto de uva, mosto de uva parcialmente fermentado, mosto de uva concentrado, mosto de uva concentrado rectificado, vino base o una mezcla de los productos mencionados con la adición, en su caso, de destilado de vino.

Etiquetado

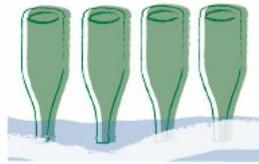
El último paso es la colocación de la cápsula, las etiquetas y el distintivo de control.



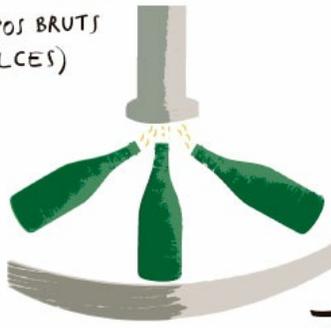
2ª FERMENTACIÓN



DEGÜELLE



DOSIFICACIÓN
(DE TIPOS BRUTS
A DULCES)



ACABADO

EL
CAVA



EL CAVA. CATEGORÍAS Y TIPOS

CONSEJO REGULADOR DE LA DO CAVA

El cava, un vino excepcional que representa la sublimación del arte vitivinícola, posee propiedades particulares que hacen que podamos disfrutar de una gran diversidad de cavas, los cuales se clasifican teniendo en cuenta la duración de la crianza y su contenido de azúcar.

Categorías

Según el tiempo de crianza, hablamos de los siguientes tipos de cava:



Cava tradicional. Cuenta con un mínimo de nueve meses de crianza. Se trata de un cava suave, afrutado, fresco y muy agradable en boca, ligero y gustoso gracias al buen equilibrio entre acidez y riqueza de aromas. De color paja con destellos verdosos, todo cava que no es de larga crianza ofrece al paladar la fruta en todo su esplendor.



Cava reserva. Vivo, brillante y equilibrado, los cavas reserva han estado reposando en silenciosas bodegas subterráneas más de quince meses, lo que les aporta un toque inconfundible de fruta madura y les dota de un color amarillo pálido. Son una exquisitez para los paladares más exigentes.



Cava gran reserva. Sus más de treinta meses de crianza lo convierten en un vino único de color dorado pálido, con una burbuja pequeña perfectamente integrada y con matices tostados y un sabor intenso. Se elabora solo con los bruts.



Cava de Paraje Calificado. Es el cava que se obtiene de un vino producido con uvas de un paraje determinado. Sus condiciones edáficas y microclimáticas, junto con unos criterios de calidad en su producción y elaboración, han propiciado un cava de características singulares. Se elabora exclusivamente con los tipo brut (extrabrut, brut y brut nature) y su tiempo de crianza en botella es de mínimo treinta y seis meses.

Tipos de cava

En función de los azúcares añadidos por litro al final del proceso de elaboración, los cavas se clasifican en:

BRUT NATURE: 0-3 g/l, sin adición de azúcar

EXTRABRUT: hasta 6 g/l

BRUT: hasta 12 g/l

EXTRASECO: 12-17 g/l

SECO: 17-32 g/l

SEMISECO: 32-50 g/l

DULCE: más de 50 g/l



CONSERVACIÓN Y SERVICIO DEL CAVA

GUILLERMO CRUZ ALCUBIERRE

*Head Sommelier en Mugaritz, Mejor Sumiller de España en Cava
2015*

Es fantástico tener la oportunidad de escribir unas líneas sobre el mundo del cava, un vino espumoso único que forma parte de nuestra cultura, pues ya lleva con nosotros muchísimos años, pero que quizá ahora, más que nunca, está recorriendo un camino de excelencia. Y como los límites en el mundo del cava todavía no están descubiertos, afortunadamente nos queda un precioso camino por recorrer, un camino emocionante y lleno de burbujas... Sí, como bien dice Andoni Luis Aduriz, no hay límites: «Lo posible de lo imposible se mide por la voluntad de un ser humano».

Así pues, es necesario también darle el valor que merece y cuidar su futuro, y aquí es fundamental el papel de los productores, que son capaces de traspasar su ilusión y sentimientos a sus botellas, de producir vinos con alma, que son aquellos que hacen sentir y estremecer, que enseñan emociones y que con cada sorbo nos regalan un momento íntimo y único.

Esto es lo realmente difícil a la hora de elaborar cualquier tipo de vino: ser capaz de trascender la técnica para lograr que la parte intangible ascienda a un nivel estratosférico y que esa botella se convierta en inolvidable, no por su elegancia o por su conjunto de aromas y sabores, sino por la bonita historia escondida en ella, que desea ser contada y compartida. Por supuesto, nosotros somos los afortunados por poder beber y disfrutar ese líquido mágico...

Sin duda existen personas comprometidas con la innovación, inconformistas, capaces de salir de la zona de confort e ir con su creatividad más allá de los límites establecidos para descubrir nuevos senderos, como el sorprendente de los cavas de larga crianza o de los Cavas de Paraje Calificado... Los primeros, los cavas de larga crianza, son el resultado del espíritu creativo de productores arriesgados que quisieron explorar hasta dónde es capaz de llegar un vino cuando se roza los límites hasta entonces conocidos buscando alcanzar la grandeza. Son el resultado de esperar con paciencia, durante muchos meses y muchos años, para que el tiempo actúe sobre las botellas y deje su huella. Y fruto de este trabajo de artistas de la doble fermentación han sido los cavas de larga crianza, algunos de los cuales podemos calificar de auténticas obras de arte, eso sí, líquidas y fugaces en su disfrute. Con los segundos, los Cavas de Paraje Calificado, lo que se ha buscado es «embotellar» un paisaje singular, transmutar un entorno al líquido elemento, para reflejar una pequeña zona, con el objetivo de enseñar al mundo la grandeza de un rincón de la naturaleza, donde viña, hombres y territorio recorren un camino común para crear algo irrepetible.

Compras de cava

Hay muchos sitios donde podemos adquirir una botella de cava: tiendas especializadas, pequeños comercios, grandes superficies, etc. Que lo hagamos en un sitio o en otro depende, entre otras cosas, de si queremos comprar una botella de cava para disfrutarla con los amigos o la familia o si la compra es para nuestro restaurante/hotel/bar, con el objetivo de ponerlo en nuestra carta de vinos. Desde luego, si lo que buscamos es el consejo de un profesional, para que nos guíe y nos recomiende y para que nos ayude a encontrar el estilo que más se adapte a nosotros, sin duda la mejor opción es una tienda especializada, donde el asesoramiento será mucho más directo y cercano. Y en relación con los precios, señalar que afortunadamente existe una gran variedad, por lo que la opción de disfrute de una botella de cava está al alcance de muchos bolsillos.

En el caso de tener un negocio, la mejor recomendación es comprar más cantidad de botellas de precio inferior, ya que quizá tengan más rotación, y menos cantidad de botellas de precios más elevados, para que nuestro inmovilizado en la bodega no se dispare. De esta forma, gestionando los pedidos de manera inteligente, podemos ser muy efectivos a la hora de tener una muy atractiva carta, con un inmovilizado líquido/económico no muy grande en la bodega.

La carta de vinos

Una buena carta de vinos debe estar equilibrada, y por lo que respecta a los cavas, ha de tener representados los diferentes estilos (reserva, gran reserva, rosado, etc.), porque de este modo podrá

satisfacer las diversas peticiones de los clientes, que encontrarán en la carta su perfil líquido idóneo.

En Mugaritz, al comprar el cava hacemos una selección estricta basada en el equilibrio y la movilidad. Me explico: vamos en busca y captura de proyectos y productores para que nuestra carta sea móvil y así dar la oportunidad a mucha gente de estar representada en ella. Tenemos unas cuarenta referencias de cava sobre las mil aproximadamente que componen nuestra carta, así que podríamos decir que el 4% de la carta de vinos son cavas. Y cada año, para descubrir nuevos vinos y cavas, viajamos a diferentes rincones del mundo, teniendo como objetivo que en la carta de Mugaritz estén representados de forma equilibrada tanto los pequeños productores como las bodegas más grandes, así como los diferentes estilos (oxidativo, reducido), los cavas jóvenes y los de larga crianza...; en definitiva, buscando que nuestro querido espumoso esté bien representado.

Conservación del cava

Después de la compra, hay que proporcionarle al cava un buen reposo... Hasta que el sueño de elaborar una botella de cava se ve cumplido, son muchas las barreras que hay que superar, así que, solo por el respeto al trabajo e ilusión de muchas personas, debemos conservar las botellas como merecen, proporcionándoles un ambiente idóneo para que «duerman» de la mejor manera posible, porque... así como duerman será como despierten.

¿Cuáles son, pues, las mejores condiciones para una buena conservación? Lo ideal es conservar las botellas a unos 14 °C, a temperatura de bodega, con una humedad constante del 50%, pero

como en muchas ocasiones esto no es posible por temas técnicos, lo principal es que haya una temperatura constante, por debajo de 16 °C, con poca oscilación térmica entre verano e invierno, porque la parte líquida de una botella es un ser vivo en permanente evolución, así que si es bien tratado, en el momento de ser descorchado, estará encantado de darnos placer.

En cuanto a guardarlas de pie o tumbadas, aquí entraríamos en un debate que continúa abierto, pero, en mi opinión, y así lo hacemos en el restaurante, las botellas que vamos a guardar durante mucho tiempo en la bodega deben estar tumbadas, durmiendo, descansando hasta el día en que se abran, mientras que las que vamos a vender/consumir en menos tiempo pueden permanecer de pie, guardadas a menor temperatura (unos 8 °C), para que estén listas para el servicio.

Y hablando de temperaturas de servicio, veamos cuáles son las idóneas para disfrutar al máximo de cada sorbo del cava elegido... En principio, el cava, como cualquier otro espumoso, debe servirse a una temperatura inferior a la de un tinto, pues se sirve buscando la frescura. Las temperaturas que recomendamos teniendo en cuenta el tiempo de crianza del cava, es decir, si es un cava tradicional, reserva o gran reserva, son:

Cava tradicional : 7-8 °C

Cava reserva: 8-9 °C

Cavas gran reserva y Cavas de Paraje Calificado: 10-11 °C

Esta clasificación atiende a diferentes motivos, entre los cuales cabe destacar que en un cava tradicional, que es ligero y divertido, lo que se busca es su frescura, así que 7-8 °C es la temperatura que mejor

hace resaltar su carácter. Por otra parte, en el caso de un reserva, al haber más complejidad, debido al tiempo de crianza, necesitamos una temperatura ligeramente más alta para apreciar mejor todo lo que ese cava quiere enseñar. Finalmente, los gran reserva, al igual que los Cavas de Paraje Calificado, han permanecido muchos meses esperando en la bodega, en contacto prolongado con las lías, y ello les ha dotado de una profundidad que precisa que ajustemos aún más la temperatura para poder disfrutar intensamente de todos los matices que el tiempo ha regalado a estas botellas en forma de complejidad.

Dicho esto, estas temperaturas son orientativas. El mundo del cava no impone corsés, así que si alguien disfruta más bebiendo cava a una temperatura distinta de las especificadas, ¡adelante! Como decía al principio, el cava busca acercarse a las personas de manera fácil y sencilla, sin imposiciones; busca compartir y dar felicidad en estado líquido, así que las temperaturas recomendadas han de ser tomadas como una mera guía. Cada uno es libre de beber el cava como más le guste. Eso sí, no olvidemos que por debajo de 6 °C las papilas gustativas no sienten ni diferencian, es decir, que si bebemos cava por debajo de esa temperatura será difícil que distingamos si lo que está en la copa es un cava u otro espumoso y, desgraciadamente, no podremos apreciar el trabajo y la ilusión con que el productor ha creado sus botellas.

**«EL CAVA ES UNA DE LAS BEBIDAS
FERMENTADAS MÁS VERSÁTILES DEL MUNDO**

Y FUNCIONA EXITOSAMENTE CON INFINIDAD DE COMBINACIONES.»

Servicio del cava

La temperatura de una botella es muy importante a la hora de servir el cava, pero no lo es menos la copa en la que lo vertemos. Personalmente, no me gustan mucho las copas tipo flauta, ya que creo que no hacen justicia a los espumosos. Son muy alargadas y entran de manera muy directa en la boca sin dejar expandirse al vino, sin dejarle espacio suficiente para exhibirse... Una opción a estas son las copas estilo flauta, pero más anchas, con más espacio, que funcionan muy bien con los cavas más jóvenes. Para cavas con mucho más tiempo de crianza, recomiendo las copas originalmente pensadas para vinos tranquilos, pues le dan a estos espumosos una dimensión impresionante y le llevan a escalar un peldaño más en su expresión. Así pues, teniendo de nuevo en cuenta el tiempo de crianza, nuestras recomendaciones a la hora de elegir la copa adecuada para un cava son:

→ **Cava tradicional:** copa alargada, tipo flauta, pero con más espacio, que permita la entrada de más oxígeno para que el cava se exprese correctamente.

→ **Cava reserva:** copa de mayor amplitud, con más anchura, ideada para blancos aromáticos. No es una copa excesivamente grande, pero sí es más amplia que una copa flauta.

→ **Cava gran reserva:** copa pensada para vinos tranquilos, por ejemplo la tipo Riesling, donde un cava con extremada

complejidad tenga el espacio suficiente para exhibirse.

Me gustaría terminar hablando de armonías, algo fácil de conseguir con los cavas porque, al tener carbónico, ayudan a limpiar el paladar cada vez que vamos comiendo, y porque, gracias a su acidez, que aporta frescura, es fácil encontrar afinidades con diferentes preparaciones. El cava es una de las bebidas fermentadas más versátiles del mundo y funciona exitosamente con infinidad de combinaciones.

En definitiva, es uno de los pocos vinos perfectos para arrancar, continuar o finalizar cualquier comida, resulta una magnífica opción para conseguir una armonía perfecta con la vida, pone una nota feliz en cualquier ocasión y es un insuperable sueño cumplido en el que podemos participar al paladearlo.

¡Salud!



LOS BENEFICIOS DEL CAVA EN LA SALUD

FUNDACIÓN ESPAÑOLA DE LA NUTRICIÓN (FEN)

La dieta mediterránea tradicional es un modelo de dieta saludable. El interés por conocer y estudiar sus características comenzó cuando las investigaciones mostraron que los países del sur de Europa tenían menores tasas de mortalidad cardiovascular y mejores expectativas de vida que los países del norte y Estados Unidos. La investigación científica actual permite afirmar que los antioxidantes de las frutas, las verduras, los vinos y el aceite de oliva y los ácidos grasos del pescado y los vegetales son los responsables de las bondades de esta dieta.

Curiosamente, entre estos países del sur de Europa con dieta mediterránea y hábitos más saludables se encuentran los productores de vino y cava, y se ha observado que son precisamente los habitantes de las regiones vitivinícolas de estos países los que más siguen una alimentación basada en productos mediterráneos y tienen un estilo de vida más sano.

El cava

El cava es una bebida alcohólica de baja graduación que se encuentra dentro del subgrupo de los vinos espumosos, cuya particularidad se debe a la adición de CO₂ durante su elaboración, en la fase conocida como segunda fermentación en botella. Se llena la botella con vino base y se añade una mezcla de azúcar y levaduras vínicas («licor de tiraje»), que, al fermentar en la propia botella, produce la espuma que caracteriza al cava.

En España, el consumo de cava no es tan cuantioso como el del vino, ya que se toma normalmente en ocasiones puntuales, como reuniones, celebraciones y fiestas, rodeado de amigos y familiares y acompañado de comida. En los últimos años, la adquisición del cava ha descendido –en el año 2000 se registró, en hogares, una compra de 2 g/persona/día de cava-champán y, transcurridos catorce años, en 2014, la cifra es de 1,5 g/persona/día–, coincidiendo, precisamente, con un alejamiento de la población del patrón de la dieta mediterránea tradicional.

Si observamos la compra en los hogares de las distintas comunidades, es Cataluña la comunidad autónoma de mayores compras, con 3,7 g/persona/día, seguida de las Baleares, con 2,7 g/persona/día, y del País Vasco, con 2,6 g/persona/día. Y tanto Castilla La Mancha como Galicia son las dos comunidades autónomas de menores compras con valores iguales e inferiores a 0,5 g/persona/día.

La composición del cava es compleja. Al ser un vino espumoso, tiene una graduación alcohólica que no supera el 14% vol/vol. Su composición nutricional incluye agua (que es su componente mayoritario), alcohol e hidratos de carbono simples (azúcares), así como pequeñas cantidades de vitaminas del grupo B, entre las que se

encuentra la riboflavina, la niacina y la vitamina B6, minerales (potasio, fósforo, magnesio, sodio y calcio), ácidos orgánicos y sustancias antioxidantes como ácidos fenólicos, ácidos cinámicos, derivados de la tirosina, estilbenos, flavonoides y taninos condensados.

Su valor calórico de 87 kcal/100 g está determinado por su grado alcohólico (cada gramo de alcohol aporta 7 kcal) y por su contenido en azúcares (cada gramo de azúcar aporta 4 kcal). Por cada 100 g:

NUTRIENTE	CANTIDAD
Energía (kcal)	87
Agua (g)	98,3
Proteína (g)	0,3
Lípidos (g)	0
Hidratos de carbono (g)	1,4
Almidón (g)	0
Azúcares (g)	1,4
Fibra (g)	0

Calcio (mg)	3
Hierro (mg)	0,5
Yodo (μg)	–
Magnesio (mg)	6
Zinc (mg)	Tr
Sodio (mg)	4
Potasio (mg)	57
Fósforo (mg)	7
Selenio (μg)	Tr
Tiamina (mg)	Tr
Riboflavina (mg)	0,01
Equivalentes de niacina (mg)	0,1
Vitamina B6 (mg)	0,02
Folato (μg)	Tr

Vitamina B12 (µg)	Tr
Vitamina C (mg)	0
Vitamina A (mg)	Tr
Retinol (µg)	0
Carotenos provitamina A (µg)	Tr
Vitamina D (µg)	0
Vitamina E (mg)	0

Tablas de composición de alimentos. Guía de prácticas. 16.^a ed.

De entre todos los componentes del cava, que en su mayoría provienen de la uva y de su proceso fermentativo, cabe destacar los polifenoles por ser altamente beneficiosos para la salud. Se trata de un grupo de compuestos presentes en la naturaleza cuya estructura química los hace ser potentes antioxidantes, pues proporcionan hidrógeno o electrones y atrapan radicales libres, deteniendo el proceso oxidativo.

Estudios in vitro —realizados en laboratorio en condiciones controladas que reproducen lo que ocurriría naturalmente— han mostrado que muchos polifenoles naturales son mejores antioxidantes que las vitaminas E y C. En el caso del cava, sus compuestos polifenólicos provienen principalmente de la piel u hollejo

de la uva y de las pepitas, no de la pulpa, donde la presencia de estas sustancias no es significativa. No obstante, la concentración y variedad de polifenoles en el cava depende de numerosos factores: la variedad de vid, el tipo de cava, el clima y el terreno, una cosecha temprana o tardía, los diferentes procedimientos de prensado de la uva y el tiempo de fermentación del mosto con la piel, entre otros.

La presencia de estos polifenoles en el vino explica la denominada «paradoja francesa». En Francia, la tasa de enfermedad coronaria es inferior a la registrada en otras zonas y ello se relaciona con el estilo de vida de los franceses y el hecho de que en este país predomine la famosa dieta mediterránea, en la que se incluye el consumo de vino de forma moderada. Sin embargo, no existen evidencias científicas más allá de la relación epidemiológica y de los estudios in vitro.

No debemos olvidar que los efectos del consumo de alcohol dependen de la cantidad ingerida, la forma de consumo, el estado nutricional y de salud del organismo y las diferencias individuales. Debido a la relación beneficio/riesgo que supone, su consumo debe ser moderado y no generalizado.

EL CAVA, UN PLACER PARA LA SALUD

FUNDACIÓN DE LA DIETA MEDITERRÁNEA

RAMON ESTRUCH

Presidente del Comité Científico del FIVIN

Presidente del Paralelo 40 Fundación Dieta Mediterránea

*Servicio de Medicina Interna, Hospital Clínic de Barcelona, Instituto de Investigaciones Biomédicas August Pi i Sunyer (IDIBAPS),
Universidad de Barcelona*

ROSA M. LAMUELA

*Profesora titular de Nutrición, Ciencias de la Alimentación y
Gastronómicas. Universidad de Barcelona*

*Centro de Investigación Biomédica en Red Fisiopatología de la
Obesidad y Nutrición (CIBEROBN)*

Numerosos estudios epidemiológicos han sugerido una relación inversa entre el consumo de alimentos o bebidas con alto contenido en polifenoles como el vino tinto y la incidencia de enfermedades cardiovasculares. Asimismo, se ha observado una relación entre consumo moderado de vino y una reducción de la presión arterial,

mejoría de la función endotelial, disminución del riesgo de diabetes mellitus y un perfil lipídico más saludable, con aumento del colesterol protector (colesterol de lipoproteínas de alta densidad [c-HDL]) y reducción del perjudicial (colesterol de lipoproteínas de baja densidad [c-LDL]), efectos todos ellos que se han atribuido a las acciones antioxidantes y antiinflamatorias del vino, que actuarían evitando o retrasando la aparición de la arteriosclerosis. También merece destacarse el efecto de esta bebida sobre la agregación plaquetaria o sistema de coagulación. Parte de estos efectos se han atribuido a su contenido alcohólico, pero otra parte se ha relacionado con sus componentes no alcohólicos, principalmente los polifenoles. Y como el vino tinto contiene mayores cantidades de polifenoles que el blanco, tradicionalmente se ha considerado que es más saludable; sin embargo, cada vez hay mayores evidencias científicas de los efectos protectores del vino blanco y de los vinos espumosos elaborados siguiendo el método tradicional con segunda fermentación en botella, conocidos como cava en España o *champagne* en Francia.

El cava es un vino espumoso que, al tener una doble fermentación, está más tiempo en contacto con las levaduras, hecho que le podría añadir algunas características saludables adicionales. El cava y el champán tienen un contenido alto en algunos polifenoles como los ácidos hidroxicinámicos (y sus derivados ésteres del ácido tartárico), ácidos hidroxibenzoicos, alcoholes fenólicos y aldehídos fenólicos, entre otros, mientras que su contenido en flavonoides es bajo.

No se dispone de muchos estudios sobre las cualidades cardiosaludables del cava, pero investigadores de la Universidad de California (Davis), en colaboración con investigadores de la Universidad de Barcelona, han demostrado que inhibe in vitro la

oxidación de las partículas de c-LDL, uno de los primeros pasos del proceso arteriosclerótico.

También en estudios con animales de experimentación se observó que el consumo de vino blanco enriquecido con polifenoles o de cava elaborado a partir de uvas tintas como pinot noir o chardonnay durante doce semanas reducía en casi un 90% las lesiones arterioscleróticas en la aorta, comparado con el grupo control, mientras que los animales que recibieron solo alcohol (etanol) únicamente presentaron una reducción de un 58% de las lesiones arterioscleróticas. En este mismo contexto, merecen destacarse los estudios de G. Corona y otros (Corona G, Vauzour D, Hercelin J, Williams CM, Spencer JP, *Phenolic intake, delivered via moderate champagne wine consumption, improves spatial working memory via the modulation of hippocampal and cortical protein expression/activation. Antioxid Redox Signal.* 2013; 19: 1676-1689), que han demostrado que la ingesta de polifenoles procedentes del consumo moderado de cava o champán en animales de experimentación (ratones) mejoran la memoria de trabajo espacial a través de cambios en la expresión/activación de determinadas proteínas del hipocampo y córtex cerebral relacionadas con la transducción de señales, neuroplasticidad, apoptosis y regulación del ciclo celular.

**«EL CONSUMO MODERADO DE CAVA PUEDE
RESULTAR ÚTIL PARA MEJORAR NUESTROS
FACTORES DE RIESGO VASCULAR Y REDUCIR**

EL RIESGO DE SUFRIR UNA COMPLICACIÓN CARDIOVASCULAR.»

Desafortunadamente, se han realizado muy pocos estudios en humanos. En uno que llevó a cabo el grupo del doctor Vanzour (Vanzour D, Houseman EJ, George TW, et al. *Moderate Champagne consumption promotes an acute improvement in acute endothelial independent vascular function in healthy volunteers*. Br J Nutr. 2010; 103:1168-1178) se incluyeron quince adultos sanos (mujeres y hombres) de entre 20 y 65 años (edad media: 39,5 años) y se examinó la función endotelial tras la ingesta de 375 ml de vino espumoso o un placebo. Comparado con el control, la ingesta de vino espumoso redujo la concentración plasmática de la metaloproteinasa-9, un biomarcador relacionado con la inestabilidad de las placas de ateroma y reducción de las especies reactivas de oxígeno. En este mismo sentido, en otro estudio realizado por nuestro grupo del Hospital Clinic de Barcelona, en colaboración con investigadores de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Barcelona, se compararon los efectos del consumo de 30 g de alcohol al día en forma de cava o de ginebra durante cuatro semanas en veinte sujetos sanos de 34 años de edad media. Aunque ambas intervenciones mostraron un efecto antiinflamatorio, los efectos de cava fueron muy superiores, con una reducción significativa de las concentraciones plasmáticas de CD40, ICAM-1 y MCP-1 y de las moléculas de adhesión ligadas a los monocitos circulantes como CD40, LFA-1 y VLA-4. Este hecho confirma que el contenido en polifenoles del cava es responsable del

mayor efecto antiarteriosclerótico de esta bebida, comparado con las bebidas alcohólicas sin polifenoles, como la ginebra o el vodka.

Finalmente, merece comentarse que en un estudio publicado recientemente por un grupo de la Universidad de Wageningen (Holanda) se compararon los efectos del consumo moderado de vino espumoso (340 ml y 30 g de alcohol) con la misma cantidad de vino espumoso sin alcohol consumidos con una comida estándar en un ambiente agradable o desagradable en veintiocho mujeres. Las puntuaciones de las escalas de ansiedad y depresión, al igual que los marcadores bioquímicos relacionados con estrés psicológico, fueron más bajos en un ambiente desagradable cuando las mujeres consumieron espumoso sin alcohol; en cambio, el espumoso con alcohol no cambió las puntuaciones cuando el ambiente era agradable. De este modo, el consumo moderado de espumoso (con alcohol) puede ser útil para contrarrestar los aspectos negativos de ambientes desagradables.

En resumen, el consumo moderado de cava puede resultar útil para mejorar nuestros factores de riesgo vascular y reducir el riesgo de sufrir una complicación cardiovascular. Parte de este efecto es debido al alcohol (etanol) que contiene y otra parte a su contenido en productos no alcohólicos, principalmente polifenoles. Asimismo, el cava puede también ser útil para mejorar nuestro estado de ánimo, especialmente en ambientes desagradables.



PERCIBIR ES VIVIR

Buscar armonías, un juego de nuestra mente

JAUME ESTRUCH PERET

Editor científico, experto en temas sensoriales

El cava es una de las infinitas realidades sensoriales con las que podemos cruzarnos. Y generalmente no la afrontamos sola, sino en el contexto de una mesa, compartiéndola con otras apetitosas experiencias. Empecemos, pues, por definir el entorno.

La realidad es el mantel con el que nuestros sentidos celebran la información

Todos somos expertos sensoriales y obtenemos toda la información que nos viene del exterior a través de lo que llamamos «nuestros sentidos». Una información que nos permite sobrevivir y reconfortarnos y que nos proporciona en muchos casos satisfacción. Entonces, si es tan importante, ¿por qué sabemos tan poco (o nada) de nuestro sistema sensorial?

Nuestra cultura no ha prestado históricamente atención alguna al conocimiento sensorial e incluso ha puesto en cuarentena moral el uso excesivo de los sentidos como fuente de experiencia. En pleno siglo XXI, la supremacía de la cultura digital tampoco muestra un

interés especial por la sensorialidad, obviando que las nuevas tecnologías dependen dramáticamente de nuestra pericia audiovisual y táctil. Tal vez ha llegado la hora de abogar por un mayor conocimiento de nuestras aptitudes sensoriales, lo que nos permitirá mejorar nuestras opciones de supervivencia, disponer de mayor confort y calidad de vida, y acceder a información de gran interés.

El entorno en el que vivimos acribilla nuestra humana superficie con una ingente lluvia de impulsos de naturaleza ondulatoria (como el calor, la luz y el sonido) y material (moléculas aromáticas, gustativas y táctiles).

Los impactos de tales impulsos, abstrusos e incomprensibles, son procesados por millones de receptores distribuidos por todo el cuerpo, que recogen la información que nos transfieren en ese contacto y la transmiten a un entramado de nervios que la conducen, mientras la van transformando, hasta el cerebro, que convierte esa información en un mensaje comprensible: en un color, una caricia o un sonido, por ejemplo.

La realidad es, por tanto, un amasijo de información que nos llega del exterior y que nuestro sistema sensorial, formado por receptores, nervios y cerebro, se encarga de reconvertir en algo que tenga significado para nosotros.

El entorno es, como algunas mesas, duro, áspero, inasible: información en estado puro. Pero nuestro sistema sensorial la cubre con el mantel de las celebraciones y la convierte en un mundo de texturas, lleno de color, sonidos, gustos y olores (entre otras muchas percepciones).

Percibimos el mundo (y el vino) no como es, sino como

somos nosotros

Construir la realidad tiene sus trucos, y desvelarlos nos llevaría a otros escenarios distintos del cava, pero sí parece evidente que en la construcción de la realidad hay mucha elaboración, mucha «cocina» de nuestro sistema sensorial.

Para complicarlo un poco más, procesar tanta información como recibimos del exterior es enormemente costoso y agotador para nuestra fisiología, por esa razón evitamos todo aquello que sea redundante y que no nos aporte algo nuevo o interesante. Para describir la tarea de nuestro cerebro suele usarse el aforismo «si es redondo, verde y huele a manzana, es una manzana». Por lo que con frecuencia vemos, oímos y olemos algo que ya hemos vivido, porque si la experiencia actual es como la anterior, no vale la pena procesarla y catalogarla de nuevo. En definitiva, siempre comemos la misma manzana, incorporando, si las hay, aquellas novedades que nos llamen la atención (esa es la razón por la que a menudo comemos una manzana sin ser conscientes realmente de que lo hacemos, ni recordar nada del propio acto). Suele haber mucho más de nosotros mismos en cada experiencia sensorial que del entorno, por lo que ese mundo percibido se acaba pareciendo a nosotros, de forma que convertimos la realidad en una experiencia personal, cercana a contemplarnos en el espejo. Y eso tiene enormes consecuencias a la hora de sentarse a la mesa.

**«EL CAVA ES UNA DE LAS INFINITAS
REALIDADES SENSORIALES CON LAS QUE
PODEMOS CRUZARNOS.»**

Siempre nos quedará el placer de una copa

El gasto energético que nos supone percibir el entorno y construir con ello la realidad no tiene parangón con otras tareas vitales que realizamos. Nuestro enorme cerebro se ha desarrollado tanto para poder afrontar la construcción de una realidad tan diversa y densa. Comer y beber son, en este contexto, acciones que van mucho más allá de la ingesta para sobrevivir, y el sobrecoste de realizarlas podría plantear serias dudas sobre si vale la pena emprender esas tareas y si unas criaturas tan sofisticadas sensorialmente como los mamíferos superiores (con nosotros a la cabeza) podemos perdurar en tales condiciones de gasto energético.

Desvelemos inmediatamente que hay un factor crucial y definitivo en ese proceso que lo hace sostenible. Como en todas las actividades humanas imprescindibles para persistir, hay un componente que provoca que nos entreguemos a estas tareas (comer y beber) con auténtica dedicación. Es *el placer* que obtenemos de ellas lo que nos empuja en este caso a construirnos la realidad que nos rodea. Llegados a ese punto, es tentador preguntarse por la naturaleza del placer. Reconocemos fácilmente los placeres que obtenemos al satisfacer las necesidades primarias. Sin embargo, ¿de dónde viene el placer que nos puede proporcionar una copa de cava, por ejemplo? Y ¿por qué a veces ese placer no se desencadena? La respuesta es dramática. Ese placer fugaz y escurridizo es la esencia del combustible que nos mantiene con vida.

La vida pendiente de un sorbo de cava

La auténtica singularidad de nuestro cerebro no está en su tamaño. Está en la gigantesca interconexión de las neuronas que lo integran.

Cuando nacemos, esas conexiones apenas cubren lo necesario para mantenernos vivos y reaccionar (aunque torpemente) al entorno que nos acoge. Dotarnos de un cerebro adulto, tupidamente conectado, requiere adquirir ingentes cantidades de experiencias por vía sensorial, ya que cada experiencia que valga la pena conservar genera nuevas conexiones en el cerebro. Todo ese proceso es, además, dinámico y requiere de una continua generación de conexiones para mantener y aumentar el trenzado cerebral. Huelga decir que un cerebro sin acceso a experiencias suficientes inicia su desconexión y está abocado a una muerte segura.

Un breve inciso para apuntar que *la cantidad de información que un mensaje contiene es inversamente proporcional a su probabilidad*. Puede parecer un concepto algo denso, pero es fácil de entender y del todo imprescindible. Si el contenido del mensaje es trivial («Este café humeante está caliente»), seguramente será muy probable, y la cantidad de información que nos aporte, casi nula, por lo que no obtendremos mayor beneficio de él. Si el mensaje es improbable («Este azúcar sabe salado»), nos aportará una cantidad de información significativa que puede ser valiosa y merecerá nuestra atención en su procesamiento. Cuanta más información procesamos, más extensa y tupida se convierte la red que tejen las neuronas en nuestro cerebro. Y ese proceso nos proporciona una de las contrapartidas más valorada y perseguida: *el placer*. Porque el placer es el estado en el que permanecemos corporalmente (por un intervalo de tiempo o por un instante) tras aprovechar una cantidad de información. Y por el placer sí nos vale la pena escudriñar los rincones de la realidad a la búsqueda de la información que nos mantiene vivos.

Somos, por así decirlo, *consumidores de improbabilidad* y, como hemos visto, en ello nos va la vida. Buscamos la improbabilidad allí donde intuimos que se halla. Desde una puesta de sol a un sorbo de cava. Siempre atentos a la sorpresa, por leve que sea, que ha de proporcionarnos la ración diaria de información y... el placer, fugaz, instantáneo que conlleva. Pero ¿cuál es la fuente que puede colmar nuestra insaciable sed de información sensorial? El secreto está en la complejidad.

Atraídos por el sabor de la complejidad

Aunque dispongamos de elaboradas definiciones al uso, la complejidad es una propiedad característica de la realidad que habitamos, fácilmente identificable, aunque difícilmente descriptible.

De forma intuitiva sabemos que complejidad son aquellas estructuras cuyo resultado es superior a la suma de sus partes, desde una galaxia, que es más que un amasijo de estrellas, a un mamífero, cuya realidad supera con creces la suma de las células que lo componen. La complejidad está instalada en nuestro entorno. Nos resulta igualmente familiar que los sistemas complejos sean evolutivos: parten de estructuras simples que incrementan de manera progresiva sus componentes y las relaciones que establecen entre ellos. No será necesario desvelar que la complejidad lleva inherente cantidades ingentes de información que puede hacer nuestras delicias.

Tampoco es preciso, por otra parte, que sigamos buscando ejemplos alejados de la mesa. El vino es un paradigma de complejidad, tanto por su composición analítica como por el mensaje que envía a nuestros receptores sensoriales. Su capacidad evolutiva,

además, es tan elevada que no hay dos botellas que presenten el mismo perfil sensorial. Aunque sean parte de una misma partida que haya experimentado el proceso de forma unitaria, al ser aisladas en sus respectivos envases, el contenido de cada uno emprende su propia aventura evolutiva que puede plantear sutiles o importantes diferencias (detectables analítica y sensorialmente) entre sí.

Descifrar el mensaje sensorial de una copa es un proceso de interpretación de la realidad que depende principalmente de tres características de nuestra personalidad: la estructura que ha tomado nuestro sistema sensorial, deudora de la genética que nos identifica; nuestras experiencias acumuladas en la degustación de vinos (que pueden proporcionarnos cierta pericia), y los referentes que nuestra cultura otorga a las sensaciones que experimentamos. Desde esta perspectiva, que podamos percibir en un sorbo notas florales aportadas por una determinada variedad de vid, toques lácticos generados en la fermentación o percepciones untuosas añadidas por la crianza dependerá de la agudeza de nuestro sistema sensorial, de la educación a la que nos hayamos sometido acumulando degustaciones de otros vinos y de si esos aromas disponen de referente en nuestro contexto cultural. He aquí la razón por la que con frecuencia zozobramos al tener que enumerar e identificar los componentes de cualquier perfil sensorial, por mucho esfuerzo que dediquemos a potenciar nuestro sistema sensorial. Por añadidura, huimos como cualquier ser vivo de costes energéticos inasumibles.

Por encima de esos condicionantes casi frustrantes, sin embargo, está nuestra necesidad de información. Ahora sabemos que *la complejidad de un mensaje* es una fuente de información y, como tal, garantía de sorpresa. Además, resulta ser una cualidad al alcance de

cualquier sistema sensorial, que sabrá detectarla, interpretarla y obtener sus mayores o menores réditos a un coste razonable, en función de su propio desarrollo y de la propia complejidad inherente y adquirida, experimentada. Por muy poco entrenado que sea un sistema sensorial, será capaz de identificar cuán complejo es un perfil, así como su armonía o estridencia. Aunque parezca contradecir la lógica (y ríos de literatura), la complejidad es nuestra primera opción de placer, a la que seguirán aquellas que sean capaces de sorprender nuestro bagaje genético y cultural, como las notas aromáticas que hayamos aprendido a descubrir entre la exuberancia de un sabor.

Si el vino es un objeto sensorialmente complejo y evolutivo, es porque su composición sensorial de partida se somete a un laberinto de transformaciones mediante uno de los instrumentos biológicos más inverosímiles: el metabolismo de un ser vivo. En este caso, de una levadura, que transforma una parte significativa de las moléculas de la uva (resultado, a su vez, de un metabolismo vegetal) en otras que mantienen interrelaciones múltiples entre ellas y enriquecen y amplían el mensaje. Esta riqueza y complejidad se ve potenciada si el vino se somete a un proceso posterior de crianza, poniéndolo en contacto con maderas, de roble, que le aportan nuevas moléculas y le conducen a nuevos equilibrios.

Si durante su elaboración un vino experimenta una segunda fermentación, entonces el resultado adquiere una complejidad *difícil de discernir, aunque perfectamente detectable*. Es el caso de los vinos espumosos de segunda fermentación como el champán y el cava, que, adicionalmente a esa segunda fermentación, son sometidos a una obligada crianza de meses sobre la agonía de las

levaduras que lo han transformado. Debemos recordar en este punto que las moléculas aromáticas son la expresión de las «angustias» que soportan los especímenes vegetales (y las levaduras son hongos).

En resumen, poco descubriremos de los matices olfativos y gustativos de un cava si nuestro sistema sensorial no está entrenado para ello, pero el nivel de su complejidad y equilibrio nos asaltará sin necesidad de mayores esfuerzos, y el placer que esa información nos proporcione fluirá por nuestras neuronas agradecidas, constructoras de la realidad que nos rodea.

Un mensaje en una botella (de cava)

El perfil sensorial de un cava (como el de cualquier objeto detectable) es un mensaje lanzado a todos los receptores sensoriales que entren en contacto con él. Y el mensaje expresará, a través de los estímulos físicos y moleculares, una historia que incluye su evolución hacia la complejidad.

¿Cuál es el mensaje de un cava y qué historia nos cuenta?

Su punto de partida es un vino joven, de perfil aún sencillo, fruto de una fermentación agitada que deberá someterse sin tardar a una segunda fermentación contenida, acompañada de una crianza en botella, sobre arenas compuestas por las levaduras agotadas, que ceden su aliento carbónico al líquido, origen de las burbujas que dan carácter al cava cuando se libera en la copa. El vino joven recordará sensorialmente a las virtudes aromáticas varietales de las uvas originales. Sin mayores complejidades. Y a medida que experimente transformaciones, la complejidad adquirida lo alejará de sus orígenes olfativos y evolucionará hacia perfiles más gustativos. Sean cuales

sean ambos. Los relativamente pocos componentes sensoriales del inicio, fáciles de distinguir, algo «chillones», dejan paso a una enormidad de compuestos, suaves, indistinguibles, pero con una armonía característica, que acaba por superar cualquier nota individual.

Los *síntomas* sensoriales del nivel de evolución que un cava adquiere pueden simplificarse en el siguiente cuadro:

Pocos componentes sensoriales, distinguibles → Gran número de componentes sensoriales, indistinguibles
Se percibe el origen (varietal, de cultivo) → Se percibe el proceso evolutivo (fermentación, crianza)
Olfativo → Gustativo
Desprende burbujas visibles → Desprende burbujas diminutas
Perfil sensorial simple → Perfil sensorial complejo
Tiende a la estridencia sensorial → Tiende a la armonía sensorial
Sensación fugaz → Sensación persistente
Perfil previsible → Perfil sorprendente

Hay que insistir en que un sistema sensorial humano no tiene por qué emular a un analizador instrumental de última generación. Detectar, analizar, cuantificar moléculas aromáticas no es una de nuestras características evolutivas precisamente. Sí lo es, en cambio, construir historias con elementos que pueden parecer desconectados y encontrar relaciones impensables entre ellos. Sobre todo si nos sentimos motivados a hacerlo.

Es conveniente, pues, que la sorpresa, la cantidad de información que deposite un cava en nuestro ávido cerebro se ajuste lo mejor posible a nuestra predisposición, experiencia, exigencia y cultura sensorial. Igualmente decepcionante resulta sentirse abrumado ante el deber de procesar un impacto sensorial excesivo, como extraviarse en un desierto sensorial cuando las expectativas se encuentran a flor de piel. La recompensa siempre será esa cantidad de improbabilidad, larga y conmovedora o breve y furtiva, que rescate nuestra mente del hastío en el que nos sume continuamente lo previsible. Y empezar por tantear la complejidad de un cava representa un inicio sensorial más prometedor y menos agobiante que la búsqueda del toque de jazmín que alguien haya mencionado.

Llegado el momento de elegir, podemos elucubrar sobre la conveniencia de un cava para un momento determinado, pero dirigirnos a su etiqueta puede proporcionarnos un atajo beneficioso. El nivel de complejidad alcanzado tiene dos indicativos fácilmente detectables.

El tiempo

La evolución será directamente proporcional al tiempo transcurrido desde el inicio de su historia, en especial del tiempo sometido a la crianza, de donde surge una escala temporal que nos lleva desde los nueve meses mínimos para el cava más joven, los quince de un reserva, los treinta meses de un gran reserva y los más de treinta y seis de un Cava de Paraje Calificado. A mayor tiempo transcurrido, mayor evolución.

**Cava
Tradicional**

**Cava
Reserva**

**Cava Gran
reserva**

**Cava Paraje
Calificado**

9 meses >

15 meses >

30 meses >

36 meses >

«SUELE HABER MUCHO MÁS DE NOSOTROS
MISMOS EN CADA EXPERIENCIA SENSORIAL
QUE DEL ENTORNO...»

Componentes

En cuanto a sus componentes, una simple inspección nos permite centrar nuestra atención en dos de ellos, de importancia contrastada debido a su capacidad para condicionar nuestro sistema sensorial:

- *El color:* en ese proceso de integración sensorial al que sometemos el mundo que percibimos (y construimos), el color aporta mayor complejidad y textura táctil y gustativa, y se convierte en un factor que, debido a su dominancia, inclina el resultado hacia la estridencia en función de su intensidad. Los cavas disponen desde tonalidades amarillas casi imperceptibles hasta rosados cercanos a la saturación. Y el color como factor de elección es una primera toma de posición.
- *El azúcar:* la experiencia gustativa dulce puede colapsar nuestro poco robusto sistema sensorial, por lo que su presencia en concentraciones suficientes puede privarnos de cualquier sutileza en el perfil sensorial de un cava. No hay nada más previsible que lo dulce. Por eso, con frecuencia, la dulzura hace estéril cualquier evolución. Los cavas pueden contener desde 0 g de azúcar

(algunos brut nature y extrabrut) hasta cantidades superiores a los 50 g/l. La saturación sensorial no es necesariamente desagradable, pero debe ser elegida, no sobrevenida.

Nos apasiona contar historias sensoriales

El cava, como el vino, es con frecuencia un personaje de una historia en la que incluimos otros actores sensoriales, generalmente creaciones culinarias. Vestir una historia de encuentros y compenetración entre ellos puede ser un proceso tan gratificante como desconocido, aunque creamos dominar la experiencia. No parece despertar nuestro interés saber qué resortes se activan en nuestros órganos sensoriales cuando combinamos un plato gastronómicamente atractivo con un cava concreto.

Revisemos, de nuevo, el escenario. Cuando olemos una fragancia, sorbemos un vino o probamos un bocado, recibimos un mensaje sensorial de forma integrada. Todos los componentes del objeto sensorial en cuestión reclaman la atención de nuestros receptores (olfativos, gustativos, táctiles, visuales, etc.) a la vez. Y nuestro cerebro debe discriminar la información para poder construir una sensación comprensible que podamos asimilar y dotar de significado en el contexto de nuestra experiencia.

Cuando combinamos bocado y sorbo, no lo hacemos superponiéndolos, ingiriéndolos a la vez, mezclados, sino que creamos una secuencia, con pausas y repeticiones, de modo que nuestro sistema sensorial recibe por separado, pero con una cierta cadencia, ambas percepciones. Construimos una historia, que nos contamos a medida que desarrollamos el guion con nuestra personal manera de abordar el banquete y a un ritmo que dice mucho (de nuevo) de nosotros.

En gastronomía suele usarse, tal vez impropriamente, el término «maridaje», lleno de connotaciones formalistas, para expresar la armonización, un concepto que parece más adecuado para describir el proceso de ensamblar sensorialmente una creación culinaria y una creación enológica: un plato y un cava, en definitiva. No se nos escapa, tras lo dicho, que este proceso se escenifica en nuestra mente. Ya que lo que se armoniza realmente es la memoria del perfil sensorial retenido de un instante anterior con el perfil sensorial posterior, tras sorbo y bocado, y es en esa dramatización en la que las características de nuestro sistema, nuestra experiencia y el contexto cultural decidirán por nosotros si plato y cava probados secuencialmente constituyen una experiencia interesante, excitante, sorprendente y, por tanto, improbable, lo que saciará nuestro auténtico apetito de información.

Armonizar nos sugiere un movimiento hacia la armonía, un estado en el que los componentes llegan a compenetrarse, sin perder del todo su identidad, en un resultado que superará a las partes constituyentes. ¿No nos recuerda esta definición a la complejidad? La armonía, pues, estará a nuestra disposición como una versión más de la complejidad sensorial y, como tal, disfrutaremos de ella.

Una vez llegados a este punto, ¿podemos plantearnos armonizar cualquier par de perfiles sensoriales? En teoría sí, pero a la hora de la verdad es nuestra mente la que impone condiciones, ya que es ella la que va a armonizarse realmente. Veamos algunas evidencias que pueden salir en nuestra ayuda a la hora de evitar experiencias desafortunadas:

Perfiles simples armonizan con perfiles simples

Un plato con pocos ingredientes, que resulten sensorialmente evidentes y discernibles armonizará sin problemas con un cava que presente un perfil también simple, incluso con una expresión estridente (tal como la hemos definido).

Armonizar perfiles simples es una tarea gratificante y, con algo de pericia, es fácil conseguir una buena armonización, con la casi garantía de que el resultado será una sorpresa, breve pero amable, para el destinatario. Es sencillo recordar por unos instantes dos perfiles simples y ensamblarlos en nuestra mente sensorial para extraer una gota de improbabilidad. Es una armonización para momentos ligeros.

Si uno de los dos componentes que queremos armonizar presenta un perfil claramente más complejo y evolucionado, es más que probable que la suavidad sensorial de su perfil quede subsumida, oculta, bajo la energía de una simplicidad contrastante.

Nuestro cerebro no puede atender al elegante solo de un violín en el contexto de una banda militar. Puede ignorarlo o convertir el esfuerzo de atención en una desagradable experiencia. Nuestros órganos olfatogustativos, de mayor fragilidad si cabe que nuestros oídos, cuando se ven forzados a una experiencia excesiva, suelen entrar en saturación sensorial y dejan de procesar cualquier información, con el resultado de que todo nos sabe insípido, trivial y decepcionante.

Perfiles complejos armonizan con perfiles complejos

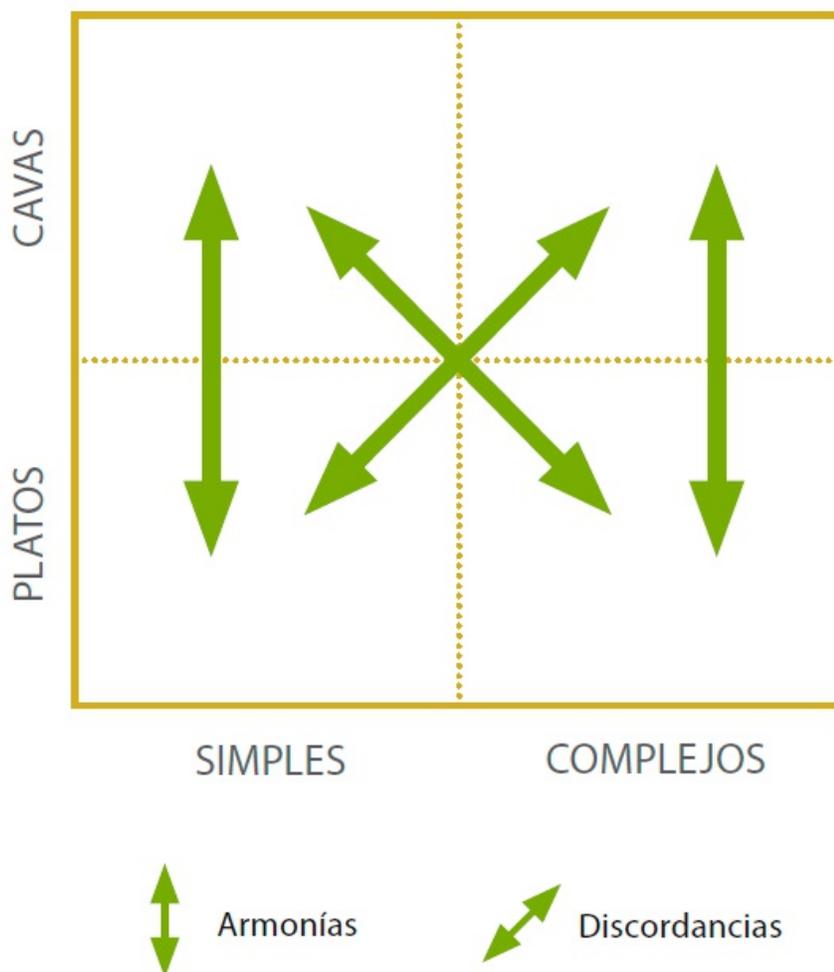
Un plato elaborado o creado con gran cantidad de ingredientes, o muy evolucionado, armonizará con un cava de larga crianza, cuya complejidad sensorial haya alcanzado niveles considerables. Nos enfrentamos, sin embargo, a dos perfiles cuya percepción va a

requerir una breve atención, incluso introspección, para poder retener su impacto en nuestro cerebro y proceder a ensamblarlos.

No es tarea fácil armonizar perfiles complejos, que suele requerir toda nuestra pericia, o la pericia de un experimentado conocedor de la complejidad. El resultado sobre nuestro sistema sensorial puede adquirir tonos dramáticos, y más que sorprender, sobrecoger. El placer se extenderá en el tiempo y el recuerdo, y la improbabilidad generada dejará en el cerebro una impronta perdurable. Es una armonización para estados de ánimo profundos.

De la misma forma que la simplicidad es casi siempre evidente, pero su presencia puede saturarnos, la complejidad no nos golpeará con su estridencia, pero puede resultarnos escurridiza si no disponemos de la sensibilidad suficiente, de la experiencia necesaria o de la cultura adecuada. Aunque pueda parecer contradictorio, podemos confundir la complejidad con la «nada sensorial». Y nadie debe disculparse por haber alcanzado sus límites sensoriales. Al contrario, conocerlos es un signo de sabiduría.

Cavas y platos, desde su simplicidad y complejidad, pueden darnos juego con armonías y discordancias simplificadas en este esquema.



Armonizar no es una acción objetiva y universal. Armonizaciones consideradas sublimes para una cultura pueden ser incómodas e incluso reprobables para una cultura vecina. Toda armonización, por tanto, debería plantearse conociendo su destinatario, su sensibilidad, experiencia y cultura. Incluso su predisposición a someterse a la experiencia.

Hay que recordar que la armonización se construirá como una creación interior en territorio cerebral y, por consiguiente, como una parte genuina del propio individuo. Si percibimos el mundo como

somos, las armonizaciones son una expresión de nuestra personalidad sensorial más íntima.

Elogio de la discordancia

Si todo es posible, nada impide unir un perfil simple con uno complejo, establecer una desarmonía en nuestra mente. El resultado puede no ser reconfortante, pero sí estimulante. Unir perfiles sensoriales buscando un enfrentamiento, una pugna entre sus componentes, suele conjugarse como discordar. Y las discordancias pueden tener efectos impensados en nuestro sistema sensorial, similares a ser agitados enérgicamente en una montaña rusa. Hay sistemas sensoriales que anhelan experimentar discordancias; no hay más que observar para reconocerlos.

Generar discordancias exitosas presenta una enorme dificultad porque en la mayoría de los intentos uno de los dos perfiles enfrentados sucumbirá y los restos del choque nos producirán un impacto desagradable y trivial en el peor de los casos.

No hay reglas posibles para la discordancia, pero alcanzar un resultado comprensible proporciona una recompensa sensorial impagable, y esa aleatoriedad genera entusiasmo en ciertas personas.

La sensorialidad y la complejidad no acaban aquí. Hay mucha más complejidad en un cava que la hasta aquí descrita, y es mucho más que armonía lo que puede aportar a un ensamblaje gastronómico. Pero nuestra sensorialidad, la sensorialidad de la inmensa mayoría de los consumidores, permanecerá en la superficie de la experiencia, porque seguimos poco interesados en concienciarnos del trenzado que va adquiriendo nuestro cerebro.

De quien plantee la armonización dependerá el saber seducir a su comensal con la justa historia que contextualice la experiencia que va a protagonizar. Una experiencia capaz de desencadenar el placer por la improbabilidad obtenida, que, al fin y al cabo, es el objetivo perseguido.



LAS ARMONÍAS DEL CAVA

CONSEJO REGULADOR DE LA DO CAVA Y REAL ACADEMIA DE GASTRONOMÍA

La Real Academia Española de la Lengua define «armonía», en una de sus acepciones, como «proporción y correspondencia de unas cosas con otras en el conjunto que componen». En gastronomía se entendería como la correspondencia perfecta entre vino y plato. Si para dicha combinación, además, elegimos un cava, dada su versatilidad, encontraremos correspondencia con prácticamente cualquier plato. La armonización es, pues, una herramienta para cautivar, evocar y seducir, y si, además, transmite historia, cultura y experiencia, entonces puede llegar a emocionar.

Para conseguir la perfecta armonía, podemos emplear dos formas diferentes de combinación: por afinidad o por contraste. Bien es cierto que el conocimiento sobre la elaboración e ingredientes del plato, así como las características de cada tipo de cava nos ayudarán a conseguir la unión perfecta.

- **Armonía por afinidad:** consiste en identificar la similitud de sabores, de manera que con su unión se intensifiquen o refuercen. Por ejemplo, un plato de base dulce armonizará bien con un cava

dulce, mientras que para un plato muy rico en sabores precisaremos un cava con más complejidad.

- **Armonía por contraste:** buscaremos sabores que puedan resultar complementarios, evitando que se opongan o que resalte uno más que otro. Se trata de procurar que el sabor de la comida y el del cava se realcen, se complementen. Por ejemplo, se pueden buscar combinaciones como dulce y salado, cremoso y ligero, ácido y graso, etc. En esta línea, por ejemplo, un cava gran reserva brut nature resulta el compañero perfecto de un cordero al horno, ya que la grasa de la carne se complementa muy bien con la acidez del cava de larga crianza.

Antes de empezar a armonizar, debemos tener en cuenta diversos factores sensoriales que podemos encontrar en los diferentes tipos de cava, como el grado de acidez, el dulzor, la estructura y la efervescencia.

ACIDEZ

Los ácidos son uno de los rasgos fundamentales de los vinos ya que le aportan el sabor ácido y amargo. La acidez es un elemento esencial en el cava en el que el clima influye de forma determinante, ya que a mayor maduración de la uva, menor grado de acidez. Un alimento ácido resalta el dulzor y la fruta del cava, añadiendo frescura.

DULZOR

Existen diferentes niveles de dosificación de azúcares que nos dan las tipologías de cava: brut nature, extrabrut, brut... Sin

embargo, las largas crianzas nos proporcionan sensaciones dulces, por lo que, en la mayoría de los casos, no es necesaria su dosificación.

ESTRUCTURA

La estructura de un cava depende de la presencia en mayor o menor cantidad de la percepción de sustancias minerales. Es el equilibrio del cuerpo y nos indica el carácter del cava, que puede ser de textura más suave o más consistente.

EFERVESCENCIA

La efervescencia, según la Real Academia de Gastronomía, ayuda a digerir, como todos los ácidos carbónicos, y, además, cumple un papel a la hora de armonizar mejor con unas comidas que con otras, porque limpia más la boca e intensifica la sensación de disfrute, la de que «cada bocado es un primer bocado». Burbujas de calidad.

Evidentemente, a la hora de armonizar cava y comida, debemos tener en cuenta que en cuestión de gustos no hay normas y que es algo absolutamente subjetivo. No obstante, estas recomendaciones vienen utilizándose desde hace siglos con éxito. Al fin y al cabo, con estas combinaciones pretendemos buscar la máxima satisfacción en nuestro paladar y esa sensación tan placentera de armonía.

Por ejemplo, los complementos de los platos, como salsas o guarniciones, tienen un papel muy importante en las armonías tanto con el producto base del plato (carne o pescado) como con el cava que los conduce, siendo fundamentalmente los aromas los que le darán el encaje. Un producto que ha precisado una larga cocción

tiene que acompañarse con un cava de más larga crianza, que tendrá más estructura y cuerpo, mientras que el mismo producto menos elaborado, más crudo, requerirá un cava más joven.

Asimismo, el cava es un buen compañero para los quesos. Es muy importante conocer la textura y los aromas para aplicar la sintonía, pero también debemos tener en cuenta otros atributos como la crianza, acidez, afinamiento, tipo de leche, etc. Para los quesos jóvenes, de pasta blanda y corteza enmohecida, elegiríamos cavas jóvenes blancos y rosados afrutados porque su acidez y carbónico nos ayudarán a limpiar la capa densa que nos cubrirá las papilas. Sin embargo, para los quesos curados, de pasta dura y ahumados, recurriremos a cavas gran reserva o de larga crianza, buscando que los fuertes aromas no enmascaren al cava. Y para los quesos azules, un cava semiseco e incluso uno dulce puede ser un gran compañero. El contraste dulce-picante y carbónico-grasa, así como la textura y la densidad, crean una armonía memorable.

«LA ARMONIZACIÓN ES, PUES, UNA
HERRAMIENTA PARA CAUTIVAR, EVOCAR Y
SEDUCIR, Y SI, ADEMÁS, TRANSMITE HISTORIA,
CULTURA Y EXPERIENCIA, ENTONCES PUEDE
LLEGAR A EMOCIONAR.»

Los platos contundentes como las carnes o pescados guisados precisarán de un cava con mayor estructura, es decir, largas crianzas

y con poco dulzor. En cambio, los cavas con poco cuerpo y aromas primarios se utilizan para comidas ligeras.

Siguiendo estas premisas, presentamos los tipos más comunes de cava que hemos definido según los factores sensoriales antes descritos, sus características aromáticas y cromáticas y la armonía recomendada.

Los aromas del cava

La complejidad aromática de los cavas presenta un abanico muy amplio, difícil de sintetizar. La complejidad está en función de la crianza, desde los aromas más primarios como frutas (manzana, pera, cítricos...) hasta aromas secundarios y terciarios que aparecen con el tiempo de crianza, como tostados bollería e incluso torrefactos.

Los aromas dan el último detalle a la armonía según su intensidad y perfil. Por ejemplo, una comida especiada y aromática requerirá un cava especialmente expresivo.

Tipo de copa

El objetivo de la copa para el cava es la apreciación de:

- Aromas
- Desprendimiento de las burbujas
- Mantenimiento del líquido a temperatura fresca

TIPO DE CAVA

CAVA TRADICIONAL BRUT

Temperatura de servicio recomendada: 7-8 °C

DESCRIPCIÓN

Cava fresco, con acidez marcada que suaviza su dulzor. Cuerpo ligero y efervescencia rápida por su juventud.

CARACTERÍSTICAS

Ligero y afrutado de color amarillo pajizo. Aromas primarios de frutas frescas (manzana verde y pera o flores blancas).

ARMONÍA

Aperitivos, ensaladas, canapés ligeros o mariscos cocidos.

COPA



TIPO DE CAVA

CAVA RESERVA BRUT Y BRUT NATURE

Temperatura de servicio recomendada: 8-9 °C

DESCRIPCIÓN

Cava con menor acidez, pero que mantiene la frescura. Mayor estructura corporal por la crianza (de más de 15 meses). Carbónico más integrado, burbujas más finas.

CARACTERÍSTICAS

Ligero con notas de crianza. Aromas de fruta madura y algo más carnosa. Color amarillo algo más intenso.

ARMONÍA

Aperitivos complejos, jamón y embutidos, patés, mariscos a la plancha, pescados y carnes blancas con acompañamiento suave. Para guarniciones o salsas más complejas, preferiblemente con el tipo brut.

COPA



TIPO DE CAVA

CAVA GRAN RESERVA BRUT Y BRUT NATURE

Temperatura de servicio recomendada: 10-11 °C

DESCRIPCIÓN

Mantiene la frescura, pese a la larga crianza. Burbujas muy finas y regulares con carbónico bien integrado que en boca nos da cremosidad y aporta limpieza, dejando persistencia aromática.

CARACTERÍSTICAS

Color amarillo intenso sin llegar a los dorados. Aromas más complejos y elegantes de marcada crianza con recuerdos a panadería y frutos secos.

ARMONÍA

Vino muy gastronómico que combina perfectamente con todo tipo de platos de compleja elaboración, incluso con los guisos y horneados.

COPA



TIPO DE CAVA

CAVA DE PARAJE CALIFICADO

Temperatura de servicio recomendada: 10-11 °C

DESCRIPCIÓN

Entrada con gran amplitud en boca con sensaciones sedosas de madurez y cremosidad.

CARACTERÍSTICAS

Color amarillo con ribetes dorados. Notas intensas de crianza que nos aportan múltiples sensaciones aromáticas a pan tostado, tofe, mazapán, avellanas, hierbas aromáticas, té, laurel...

ARMONÍA

Es el vino gastronómico por excelencia. Ideal para platos muy elaborados y complejos.

COPA



TIPO DE CAVA

CAVA ROSADO

Temperatura de servicio recomendada: 7-8 °C

DESCRIPCIÓN

De buena acidez y estructura algo tánica muy suavizada con el licor de expedición. Efervescencia intensa.

CARACTERÍSTICAS

De variada gama de colores y matices rosados del más tenue al más intenso. Cava de exuberancia aromática principalmente de frutos rojos.

ARMONÍA

Los rosados más jóvenes son ideales para aperitivos como salmón, ahumados y *foies*. Con más crianza, pueden ser muy versátiles acompañando arroces y carnes blancas y de caza.

COPA



TIPO DE CAVA

CAVAS DULCES Y SEMISECOS

Temperatura de servicio recomendada: 7-8 °C

DESCRIPCIÓN

Cavas de sensaciones más cálidas por su dulzor. Son algo más densos y de lenta efervescencia.

CARACTERÍSTICAS

Color amarillo con destellos dorados en función de su crianza.
Aromas algo más licorosos de uvas pasas.

ARMONÍA

Postres, pastelería, chocolates. Alternativa ideal a las infusiones de media tarde con dulces.

COPA



Una copa de cava debe ser de cristal fino, liso, incoloro-transparente y con pie alto que le confiera esbeltez y elegancia.

Se vienen utilizando varios tipos de copa:

- Boca ancha y achatada: denominada Pompadour. Una copa histórica que, actualmente, no se considera idónea para la apreciación del cava.
- Copa flauta: de cuerpo cilíndrico con diferentes perfiles, mantiene muy bien la temperatura y el carbónico, no así la apreciación de los

aromas.

- Copa tulipán: forma que se asemeja a dicha flor, tiene un cuerpo más ancho que facilita el desprendimiento de los aromas, y se estrecha en boca facilitando su concentración. Se considera muy adecuada para tomar y disfrutar del cava.
- Para los cavas de largas crianzas también es aconsejable una copa de mayor volumen con formas parecidas a la tulipán, cuerpo ancho y boca más cerrada. Al tener el cava más superficie de contacto con el aire, favorece un mayor desprendimiento de los finos aromas de crianza y el cierre de boca facilita su reconocimiento. No importa tanto que se atempere este tipo de cava.



ENOTURISMO ENTRE BURBUJAS

JOSEP FORNS VARIAS

Si en el mundo está cada vez más arraigado el enoturismo del vino, aún tiene mayor sentido promover el enoturismo del cava, un producto singular, mágico, como lo son sus burbujas, nacidas en una segunda fermentación del vino que tiene lugar en el interior de una botella especial, de formas redondeadas, que aguarda en reposo bajo tierra. Descubrir los secretos de este genuino proceso visitando los santuarios donde tiene lugar esa metamorfosis, y a la vez conocer el territorio donde crecen las uvas que se utilizan para realizar esa alquimia, es una tentación demasiado irresistible para renunciar a ella. Por eso, desde hace muchos lustros, las mentes curiosas han ansiado acercarse a la Región del Cava y profanar el misterio que albergan esos laberintos subterráneos, esas catacumbas que guardan celosamente miles de botellas de un líquido dorado y burbujeante.

Desde principios del siglo XXI, los cavistas han ido tomando una mayor conciencia del enorme potencial que tiene recibir en casa a los consumidores, por ello las tradicionales visitas a las cavas se han convertido en experiencias enoturísticas que sorprenden a un viajero

cada vez más ávido de nuevas sensaciones y de atesorar momentos para el recuerdo. Por supuesto que las grandes cavas siguen siendo el reclamo principal, pero cada vez son más las pequeñas y medianas empresas del sector que han abrazado el enoturismo y están dedicando esfuerzos y recursos para darle relieve.

Tal vez no tengamos la tradición enoturística de Francia, California o la Toscana italiana, pero España es un país turístico por excelencia, y a la vez es conocido en todo el mundo por sus vinos y cavas. Teníamos, pues, los mimbres necesarios para convertirnos en un destino enoturístico de primer nivel, y la verdad es que el conjunto de la Región del Cava se está posicionando a una gran velocidad en los lugares de honor. En el caso concreto de la Ruta de los Vinos del Penedès, donde el cava es el principal reclamo, ya hace años que figura a la cabeza de las Rutas del Vino de España, con más de cuatrocientos sesenta mil visitantes en 2015, procedentes de todos los rincones del mundo, empezando por las gentes del lugar. También las Rutas de la Rioja, una zona vinícola por excelencia que incluye al País Vasco, Aragón, Navarra y la Comunidad Valenciana, todos ellos con empresas elaboradoras de cava en sus territorios, están bien posicionadas en el ranking de las rutas vinícolas de España. Y dentro de Cataluña, además del Penedès, también tienen su cuota: Lleida, Empordà, Maresme y Tarragona. Aunque seguro que todavía queda mucho por aprender de las regiones pioneras en el mundo, todo parece indicar que el enoturismo del cava es un alumno aplicado que está sacando buenas notas en la mayoría de los exámenes. No olvidemos que el cava es un embajador del territorio en el mundo, y que, por tanto, tiene mucho sentido que los consumidores, ya sean de

Europa, América, Asia, Oceanía y, más excepcionalmente, de África, quieran conocerlo de cerca, completando así un viaje de ida y vuelta.

A veces puede ser aparentemente fácil atraer turistas, sobre todo cuando se tienen unas cavas que han sido declaradas patrimonio histórico-artístico nacional, pero en otros muchos casos los cavistas han tenido que estrujarse los sesos y echar mano de su imaginación para convertir una visita a sus instalaciones en un viaje repleto de emociones que deja huella en quien tiene la suerte de disfrutarlo. Han tenido que invertir para embellecer unos espacios inicialmente ideados para trabajar, y que ahora tienen que ser compatibles con otros usos y saber convivir con el turista. Eso quiere decir que han incorporado zonas de aparcamiento, una recepción o centro de visitas para atender al viajero y, en muchos casos, una sala donde contemplar un sugerente audiovisual que suele recrear la historia de la cava, sus viñedos, su patrimonio arquitectónico y sus productos. Además, es necesario que las instalaciones estén limpias y que el itinerario permita hacerse una idea clara sobre el proceso de elaboración. Algunos cavistas avispados han tenido el acierto de ofrecer visitas diferenciadas para los padres que van acompañados de sus hijos, de tal manera que mayores y pequeños tengan sus respectivos alicientes. También los hay que organizan talleres de degustación para que el visitante aprenda a conocer mejor las características de los cavas.

El sector ya ha aprendido que enoturismo es territorio, es decir viñedos, y cada vez son más los elaboradores que incorporan en su oferta la posibilidad de perderse entre las vides y saborear los aromas de la tierra y la naturaleza. Esta incursión puede llevarse a cabo andando, en algunos casos practicando la marcha nórdica, cada día

más popular entre nosotros, o en bicicleta de montaña. Pero hay quien busca más comodidad y escoge realizar la ruta en una bicicleta de motor o un vehículo todoterreno, o incluso recuperar la sensación de desplazarse en un antiguo carruaje, una buena manera de viajar en el tiempo. Los turistas más sofisticados pueden llegar a contemplar el territorio desde el aire, subiéndose a un helicóptero para extasiarse desde las alturas con unas vistas increíbles.

«EL RETO ES SIEMPRE SORPRENDER,
DIVERTIR Y RELAJAR AL VISITANTE.»

En comunión con los viticultores, que son el alma de estos paisajes, algunas cavas sugieren al visitante la opción de vivir en persona los trabajos habituales de la viña y participar en talleres de poda o de recogida de uva, según la estación del año. También hay elaboradores que han creado su propio club de amigos de la cava y reúnen a sus miembros varias veces al año para ofrecerles nuevas actividades, a veces como laboratorio de ideas, y seguir cultivando la relación. Además, las cavas se han convertido en un contenedor original para disfrutar de conciertos de música, recitales de poesía y de cuentacuentos, representaciones teatrales y otros muchos eventos. No olvidemos tampoco que cada vez hay más elaboradores que desafían el miedo a la competencia y se aprestan a colaborar entre ellos, lo que les permite tentar al turista con paquetes conjuntos que incluyen la visita a las dos empresas y recorrer en bicicleta la

distancia que las separa, dando un paseo entre viñedos. Hay que tener en cuenta que el éxito del enoturismo pasa por la cooperación.

Otro gran argumento son los maridajes y, en definitiva, todo lo que surge de la maravillosa combinación entre cava y gastronomía. En este ámbito, los elaboradores han ido dando rienda suelta a su imaginación de manera paulatina. Hay quien ofrece la posibilidad de comer en la propia cava con un menú de maridaje, mientras otros cavistas llegan a acuerdos con restaurantes de la zona para garantizar un mejor servicio. No faltan maridajes con quesos y también con chocolates, o una degustación de cavas acompañados de diferentes clases de setas. Se puede saborear un almuerzo de tapas con una selección de los espumosos de la cava en cuestión para identificar los matices y aprender a escoger el más adecuado para cada ocasión. Hay también otro tipo de maridajes, por ejemplo, el que combina el cava con el patrimonio que hay en los alrededores, y ahí podría surgir una visita a un monumento medieval de la zona o tal vez algo más rural, como tener la experiencia de entrar en una barraca de piedra seca, tan característica de los paisajes de viña y que utilizaban los viticultores para cobijarse y guardar los aperos. Ya situados en el campo, algunas cavas proponen un desayuno o una merienda al lado de las cepas, para tener así la experiencia de saborear ese vino de estrellas en contacto con la tierra de donde procede. Y quien lo ha probado, lo recomienda y procura repetir.

Pero si algo prueba que la mentalidad de los cavistas ha cambiado en los últimos diez años es que una actividad que antes se ofrecía de manera gratuita, ahora se ha profesionalizado. Para conseguir este cambio, ha sido necesario que los elaboradores tomaran conciencia de que al visitante, cada vez más exigente, se le debe ofrecer lo

mejor. Había que apostar por la calidad, no solo del producto final, que ya se da por hecha, sino también del conjunto de la visita. Y eso requiere hacerse preguntas, identificar los puntos fuertes de cada empresa, urdir un plan de negocio y crear una partida económica que permita garantizar unas instalaciones y unos servicios que estén a la altura. Por supuesto, hay que adaptarse a los horarios del visitante, que suele preferir el fin de semana, y es básico contar con un personal preparado para atender con la exquisitez que se merece a alguien que ha recorrido muchos kilómetros para llegar hasta nuestra bodega, y eso sin duda incluye un guía que hable un idioma que le sea comprensible al enoturista. Estamos hablando de la profesionalización y, por consiguiente, de una formación adecuada de los empleados para explicar tanto la filosofía e historia de la empresa como nociones de cata mediante una degustación de sus productos. El objetivo principal es que se lleve una buena imagen, fidelizándolo como cliente, si ya lo es, o incorporándolo como nuevo cliente, si todavía no lo era, convirtiéndolo así en un prescriptor y defensor de la marca. Tener la oportunidad de conocer al ideólogo, al autor y al alma del proyecto es también una satisfacción adicional que suele agradecerse. Lo cierto es que haber compartido esos momentos deja huella tanto en el anfitrión como en su cliente, y da por buena esa máxima que dice: lo que no tiene precio no tiene valor.

El reto es siempre sorprender, divertir y relajar al visitante, y para ello contar con un método de elaboración distinto, tradicional y a la vez complejo, incluso sofisticado, y con frecuencia muy desconocido, es tener un aliado perfecto. A lo que hay que sumar que el enoturista también agradece estar al aire libre, y gozar del paisaje y de una buena temperatura, en definitiva: estar en contacto con la tierra. Esta

doble fórmula es una piedra filosofal casi infalible que tiene la capacidad de modificar la percepción que tenía el viajero. A partir de entonces ya no podrá ver el cava con los mismos ojos.

El Consejo Regulador de la DO Cava se está tomando muy seriamente la apuesta del sector por el enoturismo. La mejor prueba de ello ha sido la reciente edición de *El libro verde de la viña del cava*, una auténtica declaración de principios sobre las virtudes del paisaje vitivinícola y la necesidad que tiene de ser preservado desde una triple perspectiva: ecológica, cultural y de identidad. Se trata de un paisaje que cautiva a quien lo contempla porque su composición gira alrededor del alineamiento de las cepas en hileras y su clara parcelación, que le confieren un aspecto geométrico y ordenado, ayudando a cohesionar los diferentes componentes del paisaje característico de las regiones mediterráneas. El paisaje muta de color con el paso de las estaciones, de los marrones invernales, cuando la cepa sin hojas toma un valor escultórico, al exuberante verdor de la primavera y el estío, para terminar el ciclo con los ocres y rojizos pámpanos otoñales, que llegan justo después de la vendimia. Todo ello es lo que favorece que el paisaje vitivinícola sea tan apto para las actividades de ocio y el enoturismo. Y el viajero, cada vez más concienciado sobre los efectos negativos del cambio climático y los peligros de la deforestación, agradece contemplar cómo la biodiversidad forma parte del entorno vitícola. La implantación de vegetación dentro de la viña ayuda a integrarla en el paisaje, aporta heterogeneidad y previene la erosión del suelo. También los caminos rurales, por los que cada vez se desplaza más el enoturista, son imprescindibles porque actúan como conectores ecológicos, tanto de la fauna como de la vegetación. En cambio, hay que lamentar que

árboles como el olivo y el almendro, otrora muy comunes, cada vez tengan menos peso por la tendencia excesiva al monocultivo de la vid. Lo que sí que hay que poner en valor es un patrimonio arquitectónico diverso, que incluye castillos, iglesias, ermitas y masías, pero también barracas y muros de piedra, y que enriquece el paisaje de la viña otorgándole una dimensión cultural poco corriente en otros territorios vitivinícolas del mundo. Ese es, sin duda, un baluarte importante cuando se trata de potenciar el enoturismo, por lo que su conservación y rehabilitación es fundamental. Asimismo, es preciso elogiar los esfuerzos de los elaboradores para garantizar la integración paisajística de sus nuevas bodegas y cavas. No olvidemos que el paisaje vitivinícola es un buen espejo a la hora de calibrar la calidad de los cavas que se elaboren en su perímetro. Una novedad reciente en el sector, la creación del Cava de Paraje Calificado, tiene también su vertiente enoturística, porque su mera existencia invita al consumidor de estos espumosos a conocer de cerca estos parajes tan singulares, con unas condiciones microclimáticas propias, que favorecen la aparición de estos cavas de gama alta.

«LAS TRADICIONALES VISITAS A LAS CAVAS SE
HAN CONVERTIDO EN EXPERIENCIAS
ENOTURÍSTICAS QUE SORPRENDEN A UN
VIAJERO CADA VEZ MÁS ÁVIDO DE NUEVAS
SENSACIONES Y DE ATESORAR MOMENTOS
PARA EL RECUERDO.»

La capital del cava, Sant Sadurní d'Anoia, quiere ejercer como tal y ha hecho una apuesta valiente para fomentar el enoturismo liderada por las instituciones municipales. Me refiero a la apertura, el año 2011, del Centro de Interpretación del Cava, más conocido como CIC-Fassina. En este equipamiento conviven una oficina de turismo con una oferta museística que utiliza tecnología punta para introducir al viajero en el mundo del cava. Todo ello albergado en un espectacular edificio que combina sabiamente naves centenarias de gran valor arquitectónico con construcciones modernas que le dan mayor funcionalidad. En solo cinco años ya se ha consolidado como un elemento vertebrador de la actividad enoturística del municipio que aglutina una tercera parte de las más de doscientos cuarenta cavas que hay en la actualidad. También ofrece exposiciones temporales y multitud de actos relacionados con el cava en el Celler Gran, la joya de la Corona.

Muchos años antes, en 1996, el Ayuntamiento ya había promovido el Cavatast, una feria monográfica sobre el cava, la única que existe en España de estas características, y que cada mes de octubre abarrotaba las calles de Sant Sadurní con personas llegadas desde distintos lugares de Cataluña, el resto de España y cada vez más también del extranjero. Esas personas agradecen la oportunidad de tener reunidas en un mismo recinto cerca de cuarenta empresas elaboradoras y poder degustar y comparar los distintos cavas, con el privilegio añadido de poder comentar la experiencia con los propios cavistas.

Recordar que hace ya muchos años surgió la tradición de acercarse a las pequeñas cavas, especialmente durante la época previa a la Navidad, para llenar la despensa a la espera de las fiestas

y a la vez pasar un domingo distinto haciendo una barbacoa informal con la familia o los amigos. Actualmente hay una constelación de cavas altamente preparadas para proporcionar al viajero una experiencia que estimule todos sus sentidos: la contemplación de la belleza de unos viñedos cultivados con mimo, la oportunidad de palpar con las propias manos la tierra donde crecen las cepas y su apreciado fruto, la sorpresa de escuchar un hermoso concierto lleno de misteriosos silencios en las profundidades de una cava y, por supuesto, la posibilidad de dejarse embriagar por el perfume de unos cavas elaborados con el máximo rigor, antes de saborearlos en toda su expresividad. ¿Quién hay en el mundo que pueda resistirse a ello?



Recetas con cava

Nuestros grandes cocineros nos ofrecen sus recetas para armonizar con cava



ARMONÍAS Y MARIDAJES PRÁCTICOS

JUAN MUÑOZ

Sumiller

Escribir sobre cava es un lujo, un lujo para los sentidos. Un cava es aquel vino que nunca debe faltar, ya que es tan versátil que siempre acompañará bien cualquier tipo de ágape. Es un vino que queda perfecto tanto en un aperitivo en la terraza como en una recepción diplomática.

El cava es uno de los vinos más mediterráneos y un fiel compañero de nuestra cocina. Versatilidad, diferencia y calidad, así es el cava, así es nuestro cava.

EL CAVA Y...

Los ibéricos. No hay mejores compañeras para una grasa fluida y rica en omega 3 y con sensación de seda (como es la ibérica de bellota) que una acidez fresca y una burbuja cremosa que incide en la elegancia. Nada mejor que un cava brut nature gran reserva, uno de los vinos más secos del mundo y de mayor elegancia cuando la crianza-vejez se prolonga en el tiempo y la botella.

Acidez, finura y total ausencia de azúcares para acompañar la untuosidad.

El atún rojo mediterráneo. La vaca o cerdo ibérico del mar (así se conoce este manjar) posee un nivel de ácidos grasos poliinsaturados y omega 3 que rompe todos los moldes. Nuestro atún rojo despierta pasiones por su color y por su intenso sabor, pero también por sus variados cortes y sabores tan diversos como la amplia gama de cavas rosados. Pueden ser de pinot, trepat, garnacha o monastrell, o bien blanc de noirs, blanc de blancs, xarel·los o macabeos; de tirajes (*coupages*) mediterráneos (macabeo-xarel·lo-parellada) o bien con carácter más internacional (chardonnay, pinot noir), etc. Atún y cava es un matrimonio difícil de separar.

Perfecta armonía gracias a componentes naturales del cava como son la acidez y el cuerpo, unido al potencial frutal de estas variedades.

Los ceviches y los escabeches. Acidez e historia o acidez con historia, esta sería una definición real de estos dos platos casi hermanos en la distancia y en la base, cuyo fin era y es la conservación de los alimentos. Pero, claro, a la hora de comer o ingerir analizando sabores y texturas buscamos un punto de equilibrio que es el que aporta el cava, gracias a que podemos jugar con dos elementos principales: dosificación (licor de expedición o azúcar) o crianza, o ambos en perfecto equilibrio.

En este caso, el cava juega con la ventaja, por un lado, del azúcar de los tipo brut o chardonnays cremosos y de la glicerina de la fruta y, por otro, de la crianza, componentes que ayudan a suavizar los ácidos del plato.

Los fritos y tempuras. Se dice que el norte cocina, el centro asa, el levante cuece, Galicia marisquea y el sur fríe..., y, por supuesto, todos lo hacen de forma succulenta y diferente. Los fritos y tempuras, fruto de la unión de la harina y el aceite y del *frito-hervido*, son grandes compañeros del cava. El aceite cubre materias primas de primera calidad con mimo y amabilidad para que, una vez bien escurridas, podamos acompañarlas con una acidez y burbuja que al unirse crean una sensación de cremosidad, frescura y equilibrio.

El cava sigue manteniendo personalidad e incluso aumenta los sabores gracias al equilibrio que aportan la frescura de las burbujas y la acidez, sin olvidar el cuerpo. El cava limpia y mantiene. El cava limpia y mantiene sabores seleccionando los rosados reserva, al igual que los bruts nature y bruts frescos.

Las cocinas orientales. Los amigos de la soja y de la dulce sensación. Todo contraste como estos dos sabores. Difícil casar. Sabores que se unen a las especias e impregnan el ambiente de aromas que evocan viajes milenarios, pero a la vez cocinas actuales donde se vuelve a las viejas rutas. Un cava de larga crianza o envejecimiento de elegancia recuperada será el mejor aliado.

Son cocinas de lo más variado, donde las especias y la soja marcan, donde aportar cremosidad en unión de frescura y elegancia es prioritario, y eso es lo que aporta el cava, ya sea con los rosados frescos o los de más crianza. Buenos pinot noir, excelentes gran reserva brut y brut nature, de la chardonnay a la xarel lo y sus coupages.

Las carnes. Con grandes reservas y servidos en copas amplias y de gran capacidad es como el cava se atreve ante las grandes carnes,

sin importar razas o maduraciones. Al contrario, a una mayor maduración, una mayor suavidad, conjunción y cremosidad de la carne. A mayor envejecimiento del cava, mayor potencial para ser un acompañante ideal.

Cuerpo, untuosidad, raza, equilibrio y sapidez para los jugos nitrogenados de las carnes. Los cavas gran reserva son vinos de gran reserva que conjugan todas estas características.

Los pescados y sus variables (blancos, azules, tónicos, salmónidos, mariscos, crustáceos, etc.). El cava y el mar..., el cava y los pescados... Sus texturas y sabores totalmente diferentes. Analizaremos los cavas en su variedad y estilos para siempre encontrar el ideal para cada plato de un pescado.

Jugar con la salinidad y los sabores marinos, con la carnosidad y la untuosidad. Desde los bruts más frescos a los grandes brut nature, finalizando con los rosados más atrevidos. El cava cumple con todo el recorrido gastronómico.

Los arroces. Pocos platos hay tan sabrosos como un arroz tomado al lado del mar y, aún más, acompañado de un cava. Desde un rosado hasta un gran reserva, desde un joven chardonnay a un corpulento xarel·lo, desde un equilibrado macabeo a un dulce malvasía, desde un frutado garnacha a un elegante y sutil trepat, finalizando con la blanca chardonnay y el rosado pinot noir. En fin, pura sinfonía de aromas, texturas y sensaciones mediterráneas y saludables.

Del mar a la montaña, finalizando en la huerta. Jugamos con una gran variedad de productos y sensaciones marcadas por la nota almidonada del arroz, que necesita de acidez, fruta y cuerpo, en este caso las burbujas que marcan estas sensaciones aportando equilibrio.

Los asados. Del horno tradicional castellano a la leña y brasa, finalizando con el moderno Josper. Este tipo de cocina exige un gran conocimiento del medio y del producto, es como la fusión entre la tradición más antigua, junto con la cocción de montaña, y la más rabiosa actualidad de los controles de fuego y temperatura. Sabores de humo, hornos y culturas. Cava y asados, una armonía mucho más interesante de lo que se puede imaginar.

Más horno con su jugo, más asado de Castilla a Inglaterra. Los cavas en este caso pueden convertir su color, fruta y acidez en los blanc de noirs. Cuerpo y raza en los cavas marcados por los xarel los.

Las brasas. Cuando se brasea y el ambiente huele a humo, se captan aromas como de otros tiempos. La brasa es parte de la magia del fuego, de la cocina más antigua del puro sabor del producto silvestre. El cava es un compañero perfecto de las brasas (parrilladas, parrillas y asados), tanto en sabores como en cuerpo y en colores.

Los aromas y sabores más primitivos, la recreación que va del mar a la alta montaña, aromas de domingo con sabores familiares. Cava y parrilla es cava y pasión. De los bruts más jóvenes a los más estructurados... como la cocina. De los bruts más jóvenes para un simple muslo de pollo o un lomo de cerdo a los más estructurados como los grandes reservas para las carnes rojas o el famoso chuletón de buey.

Las nuevas/viejas cocinas fermentadas. Son de las más antiguas y tienen un punto agrio que las hace únicas. Están siendo un punto de referencia de los grandes de la cocina. Está volviendo cada día más la salud al plato, y estas cocinas son así, como hermanas de los

guisos o guisados, de las ollas con horas en los fuegos. Crianza lenta y acidez viva; cremosidad y cuerpo..., longevidad..., salud..., cava.

Aquí los sabores se encuentran y el ácido láctico marca la norma. Encantadores son los cavas brut reserva y los grandes reserva.

La cocina de las tapas. Qué decir de la gran cocina en miniatura que son las tapas. Grande entre las grandes, y por eso ha conquistado el mundo, y, claro, los grandes vinos nacen donde nacen las grandes cocinas y corrientes, y esta es España en su conjunto, pero cuando unes el Cantábrico y la montaña con la suavidad del Mediterráneo, la nota continental de las sierras de interior con la influencia atlántica, nada puede ser más perfecto, y así son las tapas y el cava que acompaña a estos manjares finos y pequeños, pero grandes en sabores y amistad.

No hay nada más in que una copa de cava rosado para iniciar un recorrido de barras y sabores..., después cavas marcados por uvas (macabeo, xarel lo, garnacha, pinot noir, etc.) o por crianzas (joven, reserva o gran reserva); qué más da, la variedad en este caso aporta placer.

El aceite de oliva. Una definición buena sería la expresión «elegancia basada en la suavidad», el equilibrio y la sedosidad, pero con notas donde aparezca la naturaleza incluso de forma incisiva. El vegetal floral con la suavidad glicérica. Olivas o aceitunas y cavas, unidos a un pan, crean la famosa «tríada mediterránea», que se definió hace muchos siglos «cereal/pan-aceite-vino»; nada más natural, nada más actual.

El aceite es el punto de equilibrio de muchos y grandes platos, y cada día más se asocian las aceitunas y sus sabores a los tipos de

cava. De esta forma, con una arbequina es ideal un rosado fresco y ligero, pero con una picual necesitamos un gran reserva; con una empeltre, un brut reserva, y con una cornicabra es ideal un rosado de pinot noir, y así podríamos seguir... Aceite y cava: nada más saludable.

Los quesos y los cavas. Nada más variado que el mundo de los quesos, desde los sabores milenarios a las texturas más actuales. Desde la pasta más blanda de zonas frías a las más duras y prensadas del Mediterráneo y de las zonas cálidas, desde los grandes cabras que marcan acidez y los ovejas de rastrojo y cereal a los quesos azules, donde reinan los hongos. Un mundo mágico que se hace en la oscuridad... ¡Qué curioso!, como el cava.

Ideales los bruts con los quesos de cabra, los cavas rosados con el pimentón y el humo, los reserva o gran reserva con la oveja y las pastas lavadas del norte, maravillosos cavas dulces y especialmente los de malvasías con los quesos azules. Todo un mundo por practicar.

El Mediterráneo en sí. Mar azul, luminosidad, gastronomía y salud, así es el Mediterráneo, así es su gastronomía –una gastronomía basada en la variedad, en el sabor y en la salud– y así son también los cavas: diversos y a la vez con un sabor que evoca sensaciones de lo más variadas. De los pescados y salazones marinos a las carnes de montaña; de las aves a la caza; de los escabeches a la fusión de los ceviches; de los fritos a las tempuras; de los quesos, sus familias y texturas a los postres más variados.

Aquí no podemos olvidarnos nunca de dos de nuestros grandes platos, hablamos de la tortilla española con o sin cebolla y de los

huevos revueltos tradicionales o de creación. ¿Cavas para acompañar?, casi todos (a excepción de los dulces). Los jóvenes y reservas frescos, porque ayudan a equilibrar la untuosidad del huevo, y los varietales de macabeo, xarel lo, trepat, chardonnay y/o pinot noir, tanto en blanco como en rosado, unidos a crianza-gran reserva, son ideales y aportan elegancia e incluso distinción, sin olvidar la raza frutal de los rosados de garnacha y monastrell.

ALBERT ADRIÀ

TICKETS Barcelona



1 estrella Michelin, 3 soles Repsol

Si bien los comienzos de Albert están ligados a la repostería y a su hermano Ferran, su trayectoria demuestra que es capaz de muchísimo más, y que lleva en el ADN la imaginación y el talento para convertir una comida en todo un espectáculo para los cinco

sentidos. Inquieto e incansable, se implica en cada uno de los aspectos del local, así que entrar en cualquiera de los seis que conforman el Barri Adrià en el Paralelo barcelonés —Pakta, Hoja Santa, Bodega 1900, Niño Viejo, Tickets o el último y sorprendente Enigma— es zambullirse en el universo personal del cocinero. Con su propuesta gastronómica, resulta imposible aburrirse. En el caso de Tickets, si bien partió de una fórmula basada en la tapa, en 2014 despuntó con un despliegue de elaboraciones que hoy lo desmarcan de un bar de tapas al uso y lo acercan más a una experiencia única, un circo de varias pistas; la fantasía de Willy Wonka hecha realidad, según la influyente revista *Restaurant*. Todo un placer gastronómico que condensa la experiencia y el estilo de elBulli y ofrece a un público mucho más amplio el disfrute de una de las cocinas más iconoclastas y vanguardistas del mundo.

Gunkan con huevas de trucha 2015

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los cristales de soja

250 g de agua mineral

5 g de hondashi

15 g de azúcar

100 g de salsa de soja

5 g de alga kombu

5 g de xantana

Calentar el agua, el azúcar y el hondashi.

Retirar del fuego y añadir la salsa de soja y el alga kombu. A continuación dejar infundir en la nevera durante 24 horas y, pasado este tiempo, sacar el alga kombu y triturar el líquido con la xantana hasta que esté bien diluida.

Quitar el aire en la máquina de vacío, estirar en la deshidratadora con ayuda de una espátula, hasta conseguir un grosor de 0,1 cm y dejar secar a 45 °C durante 24 horas.

Guardar en un recipiente hermético con gel de sílice.

Para el polvo de alga nori y soja

30 g de alga nori super «A»

20 g de cristales de soja (elaboración anterior)

Poner todos los ingredientes en un molinillo de café y triturar hasta que quede un polvo fino.

Guardarlo en un recipiente hermético con gel de sílice.

Para el queso ahumado

150 g de crema agria

100 g de Philadelphia

Sal fina

Pimienta negra

Verter la crema agria en un bol y cubrirla con papel film. A continuación, ahumarla durante 45 minutos con un ahumador y mezclarla, con la ayuda de unas varillas, con el queso Philadelphia. Salpimentar y reservar en la nevera.

Para la nube

0,2 g de hondashi

10 hojas de gelatina de 2 g

(previamente hidratadas en agua fría)

500 g de agua mineral

50 g de polvo de alga nori y soja (elaboración anterior)

Cantidad mínima necesaria para obtener un buen resultado

Previamente, poner a congelar 0,3 l de agua mineral y hornear el polvo de alga nori a 120 °C durante 2 minutos para que esté bien seco.

Diluir el hondashi con 200 g de agua mineral en un cazo con las hojas de gelatina hidratadas y dejar a temperatura ambiente.

Con la montadora, batir el agua con el hondashi y la gelatina, y cuando empiece a hacer espuma, añadir en forma de hilo los 300 g de agua a 0 °C.

Seguir batiendo durante 7 minutos más y luego estirar una transparencia encima de una tabla de cocina hasta conseguir un grosor de 2 cm. Dejar cuajar en la nevera durante 20 minutos y después cortar cilindros de 4 cm de diámetro y rebozar con el polvo de alga nori todo el lateral, procurando que la parte superior no se manche de polvo.

Colocar los cilindros encima de un papel sulfurizado y poner en el deshidratador a 35 °C durante 35 minutos.

Pasado este tiempo, dar la vuelta a los cilindros y dejar secar otros 10 minutos.

Finalmente, despegar del papel y mantener a temperatura ambiente. Se debe conseguir una textura similar a la del porexpán.

Otros

1 lima

4 germinados de shisho morado

25 g de huevos de trucha

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar 4 gunkans en un plato plano y, con la ayuda de una espátula, poner una capa fina de crema de queso ahumado en la parte superior de cada gunkan.

Seguidamente, cubrir la parte superior con 3 g de huevos de trucha y, por último, decorar cada gunkan con un germinado de shisho morado y ralladura de piel de lima y servir enseguida.

Niguiiri de atún

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la base de metil

330 g de agua mineral

10 g de metil

Mezclar bien los dos ingredientes con la ayuda de un brazo americano y luego dejar reposar 24 horas.

Para la salsa de niguiiri

125 g de agua mineral

75 g de azúcar

13 g de sal fina

Calentar en un cazo el agua mineral con el azúcar y la sal hasta hacer un almíbar, dejar enfriar y guardar.

Para el merengue seco de lima

100 g de clara de huevo pasteurizada

4 g de albúmina en polvo

50 g de TPT salado (elaboración anterior)

50 g de zumo de lima

70 g de base de metil (elaboración anterior)

Cantidad mínima necesaria para obtener un buen resultado.

Hidratar la albúmina en la clara de huevo durante 30 minutos y poner en la montadora con varillas a velocidad moderada.

Cuando se empiecen a marcar las varillas, agregar el almíbar en forma de hilo.

Una vez montado el merengue, bajar de nuevo la velocidad al mínimo y añadir la base de metil.

A continuación subir a velocidad moderada, añadir el zumo de lima y esperar de nuevo hasta que remonte completamente.

Formar nubes de 2,5 g con forma de niguri con la ayuda de dos cucharas y luego secar en la deshidratadora durante 12 horas.

Retirar y guardar en n recipiente cerrado herméticamente con gel de sílice.

Para los niguiris de lima

4 unidades de merengues secos de lima

Hacer una incisión alargada en el centro del merengue de 1,5 cm de largo y 1 cm de ancho por 0,5 cm de profundidad y guardar de nuevo lo más rápido posible en un recipiente tapado herméticamente con gel de sílice hasta el momento de servir.

Para la base de esférico de kimchi

100 g de kimchi

1,25 g de gluco

0,2 g de xantana

Triturar todos los ingredientes y dejar reposar 24 horas en cámara para facilitar la pérdida de aire.

Si en el momento de utilizarlo todavía tiene aire, sacarlo con la máquina del vacío.

Para la base de algin

500 g de agua mineral

2,5 g de algin

Con la ayuda de un brazo americano, mezclar el agua con el algin hasta que esté totalmente disuelto y colar.

Dejar reposar en un recipiente durante 24 horas en la nevera para que pierda el aire acumulado.

Guardar en la nevera.

Para los esféricos de kumquat (para 20 personas)

125 g de base de esféricos de kimchi (elaboración anterior)

500 ml de base de algin (elaboración anterior)

Disponer la base de alginato en un recipiente que nos permita obtener una altura de unos 5 cm.

Llenar totalmente una cuchara de 2,5 ml con la mezcla de esféricos y verterla a continuación en la base de alginato para conseguir la forma redonda.

Dejar cocer dentro de la base de alginato durante 1 minuto y, seguidamente, con la cuchara de agujeros, sacar el esférico del alginato y limpiar en agua descalcificada.

Por último, poner los esféricos de kumquat en un recipiente de plástico con el aceite de girasol y guardar en la nevera hasta el momento de servir.

Para las perlas de tapioca (para 20 personas)

10 g de tapioca perla

30 g de salsa de soja

Cocer la tapioca en agua hirviendo durante 16 minutos, dejar reposar 4 minutos más, colar y enfriar.

A continuación, en un recipiente, macerar la tapioca con la salsa de soja.

Para la salsa del niguiiri

600 g de salsa de soja

200 g de mirin

100 g de sake

80 g de agua mineral

0,2 g de xantana

En un cazo, poner a hervir el mirin y el sake hasta que se evapore el alcohol, y luego añadir el agua mineral y la salsa de soja.

Ligar la salsa con la xantana con la ayuda de un túrmix hasta que quede bien disuelta y guardarla en un recipiente durante 12 horas para que pierda el aire.

Para el lomo de atún

100 g de lomo de atún

Pulir y limpiar el atún.

Cortar rectángulos de 2 cm de largo por 6 cm de ancho y láminas de 10 g con la ayuda de un cuchillo de sashimi, reservar en papel sulfurizado con las láminas pegadas para evitar la oxidación.

Otros

Sésamo blanco tostado

Juliana de alga nori

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Sacar los niguiris de lima del recipiente, escurrir los esféricos en papel con la ayuda de una cuchara de agujeros y colocarlos en los huecos del niguri.

A continuación, colocar el pescado pintado con la salsa de niguri sobre el merengue de lima y decorar en la punta con 5 perlas de tapioca, espolvorear sésamo tostado y cubrir con 10 láminas de nori en juliana.

Servir inmediatamente.



ALBERT ADRIÀ

MUGARITZ Rentería, Guipuzcoa



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

La cocina de Mugaritz es inclasificable. Se puede intentar explicar por partes, pero es imprescindible visitarla y, sobre todo, conocer la figura de su creador, Andoni Luis Aduriz para llegar a comprenderla. Él es, de entrada, un enamorado de la botánica y un ferviente defensor de

sus infinitas posibilidades en la cocina. Cultiva y experimenta con su propio huerto, que es parte inseparable de su proyecto gastronómico. Pero lo que quizá define mejor su figura es su constante esfuerzo por investigar cada alimento y descubrir nuevas técnicas que le permitan poner de manifiesto sus mejores cualidades. Su trayectoria también puede dar una idea de cuáles son las influencias que le han marcado para llegar a ser el cocinero rebelde e innovador que es, y de entre todas ellas destaca especialmente su paso por elBulli, donde bebió de la fuente de Adrià. Nunca se conforma. Siempre arriesga. Es parte del decálogo de su filosofía, que le obliga a cerrar cuatro meses al año para encontrar su propia identidad cada día, alejándose de los cánones establecidos, con el objetivo de saciar el hambre alimentando la curiosidad.

Cordero asado al incienso de eucaliptos y su pelliza seca

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para el lomo de cordero

120 g de lomo de cordero

Limpiar el lomo de cordero y a continuación sumergirlo en una salmuera con el 3% de sal durante 2 horas.

Pasado ese tiempo, extraer el cordero de la salmuera, secarlo y trocearlo en raciones de 30 g.

Para el hongo-lana

500 g de zumo de lima

15 g de agar

8 unidades de gelatina en hojas

Tempeh starter

Añadir el agar en el zumo de lima en forma de lluvia, evitando formar grumos, y cocer hasta alcanzar los 90 °C removiendo la elaboración para activar el gel. Retirar del fuego y dejar templar.

Cuando esté a una temperatura de unos 40 °C, agregar la gelatina, previamente hidratada en agua fría, y disolver.

A continuación, desinfectar bandejas planas con etanol y repartir en ellas la base de limón. Dejar que gelifique.

Una vez gelificado, sembrar sobre las bases de limón con la ayuda de un colador el tempeh starter y luego cubrir con papel film, tensándolo bien, para cultivar en un armario caliente a 30 °C durante 2 días aproximadamente, o hasta que se forme una capa de hongo similar a un terciopelo.

Extraer la lámina de terciopelo con mucho cuidado y disponerla sobre una bandeja. Guardar en el armario caliente hasta que esté completamente seco y reservar.

La bandeja con el gel de lima puede volver a ser inoculada ligeramente y cultivada. Una vez activado el hongo, la velocidad de crecimiento aumentará.

Otros

Corteza de eucalipto

Hongo-lana

Caldo de cordero

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Mover las brasas a un lado del horno brasa Josper (el Josper es una combinación de horno y parrilla en una sola máquina) y disponer sobre ellas las cortezas de eucalipto. A continuación colocar los lomos de cordero en el lado opuesto de las brasas y cerrar la puerta de la parrilla y los tiros para generar humo por una combustión incompleta y ahumar así el cordero durante 3 minutos. Cuidado al abrir la parrilla de nuevo, la entrada de oxígeno puede generar una llamarada súbita.

Servir una cucharada de caldo de cordero caliente en el fondo de un plato y, sobre este, colocar el lomo ahumado. Terminar cubriendo con un trozo de hongo-lana rasgado.



Terciopelo de manzana y cava

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT O CAVA DULCE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Cava

1 manzana granny smith

Cultivo iniciador (*Rhizopus oligosporus*)

Cortar la manzana en bastones de 8 x 2 cm.

Sumergirlos en agua con ácido ascórbico (1 g/l) para evitar su oxidación.

Cocinar los bastones en agua a 90 °C durante 3 minutos. Extraerlos y atemperarlos. Inocular el cultivo iniciador espolvoreándolo con un colador.

Servir en una bandeja con agujeros. Disponer esta sobre una bandeja con dos dedos de agua y cubrir con papel film el conjunto, haciendo pequeñas perforaciones en él, creando una cámara húmeda con oxígeno disponible.

Fermentar a 30-35 °C durante 24 horas.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Servir la manzana fermentada.

Terminar con unas gotas de cava.



JUAN MARI ARZAK

ARZAK San Sebastián



3 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Es para muchos el patriarca y el mayor valedor de la cocina vasca de autor. Heredero de una tradición familiar que se remontaba a tres generaciones en los fogones, ha sabido despertar la pasión de su oficio en miles de discípulos, entre ellos su propia hija Elena. La cocina de Arkaz es absolutamente impecable en todos los sentidos.

Comenzando por la soberbia materia prima, que Arkaz valora como nadie, y siguiendo por un talento superior, y una destreza culinaria conseguida a base de muchas horas de trabajo y sacrificio. Platos como el épico pastel de cabracho han pasado a formar parte del recetario vasco tradicional, porque pocos chefs conocen como él la esencia de la cocina de su tierra y casi ninguno es capaz de condensarla en un plato. Sus premios y reconocimientos a su lucidez culinaria son infinitos, y su escuela es tan numerosa que probablemente seguirá marcando las tendencias de cocina que se consideren de vanguardia dentro de veinte o treinta años.

Manzana sanguina

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para el preparado de foie

200 g de foie fresco

55 g de crema de queso

45 g de kéfir

1 c. s. de aceite de oliva virgen

Sal

Pimienta negra

Jengibre en polvo

Regaliz en polvo

Cortar el foie en dados y saltearlo. Dejar reposar 5 minutos y triturarlo junto con el queso, el kéfir y el aceite. Salpimentar, dar punto de jengibre y regaliz, verter sobre unos moldes con forma redonda y guardar en la nevera hasta que el foie tenga consistencia. Luego retirarlo del molde y reservar.

Para el rebozado frío de foie

25 g de almendra en polvo

25 g de pistacho picado

25 g de coco rallado seco

1,5 g de hibisco blanco deshidratado

Mezclar bien todos estos ingredientes, rebozar el foie ligeramente en la mezcla.

Para la manzana sanguina

1 manzana reineta

25 cl de licuado de remolacha

Con la ayuda de una aguja hipodérmica, pinchar varias veces la manzana en diferentes lugares y luego introducirla en una bolsa de vacío junto con el zumo de remolacha. Hacer un 100% de vacío y mantener la bolsa cerrada durante 5 minutos. Abrirla y, con la ayuda de una máquina cortafiambres o mandolina, cortar la manzana en finas láminas y reservar.

Para el «nácar de patata»

1 patata

0,5 g de plata

Sal

Cocer la patata en agua con una pizca de sal, escurrirla bien y pelarla. Triturarla junto con la plata y salpimentar. Estirar fino sobre una hoja de papel sulfurizado y dejar secar a 55 °C. Retirar el papel, cortar la patata en rectángulos irregulares y freírlos a 150 °C durante un breve instante. Escurrir y reservar.

Para la salsa

0,6 g de agua

½ puerro

50 g de patata
50 g de nata líquida
Sal y pimienta

Pelar y limpiar el puerro y la patata y trocearlos. A continuación cocerlos en agua a fuego lento y, una vez que esté cocida la patata, triturar el conjunto con la nata y salpimentar.

Otros

Vananco Leaves troceadas e hilos de chili

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar sobre un plato llano el foie «rebozado» y cubierto por la manzana sanguina calentada durante un instante en el gratinador. Finalizar con un ligero salseo, sobre el cual se añade una pizca de hilos de chili, el «nácar de patata» y Vananco.



Naranjas mini y camu camu

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los panes crujientes de naranja

200 g de zumo de naranja

40 g de azúcar

100 g de cava

½ vainilla

0,5 g de camu camu

150 g de pan (si es de la víspera, mejor)

Cortar la vainilla por la mitad y hervir todos los ingredientes, excepto el pan. Una vez que hayan hervido, dejarlos infusionar hasta su uso. Seguidamente retirar la corteza del pan, cortarlo en trozos irregulares de las mismas dimensiones, mojar bien la miga y dejar secar en la deshidratadora. Conservar en seco hasta su uso.

Para las naranjas chinas

12 unidades de kumquat

50 g de agua

100 g de cava

100 g de azúcar

Cortar la parte superior a los kumquat y vaciarlos. Guardar la parte superior cortada y reservar la pulpa para otras elaboraciones. A continuación escaldar los kumquat en diferentes aguas, tres veces, escurrirlos y dejarlos enfriar

Por otro lado, realizar un jarabe con el agua, el cava y el azúcar. Hervirlo durante 2 minutos y dejarlo enfriar, y una vez que estén bien escurridos los kumquat, sumergirlos en el jarabe y dejarlos escurrir de nuevo. Reservar.

Para el relleno de los kumquat

100 g de zumo de naranja

100 g de azúcar

50 g de almendra tostada

25 g de licor de naranja

6 yemas

Mezclar los ingredientes, triturarlos y calentar la mezcla a 82 °C sin que supere la temperatura. Dejar enfriar en hielos y reservar.

Para la salsa

150 g de nata líquida

50 g de azúcar

1 g de camu camu

Mezclar los ingredientes en frío y reservar.

Para la decoración del plato

Dados de mango

Hojitas de menta

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar los trozos de pan en la base del plato y poner sobre ellos los kumquats con su relleno y tapados. Luego salsear el plato y finalizar decorando con los dados de mango y las hojitas de menta.



MARTÍN BERASATEGUI

MARTÍN BERASATEGUI Lasarte, Guipúzcoa



3 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Sin duda uno de los grandes de la cocina española, Martín Berasategui es una referencia para cualquier profesional del sector y una garantía de satisfacción para quien visita su casa en Lasarte. Semejantes credenciales podían presagiar una personalidad altiva, pero Martín es todo lo contrario. Cercano, humilde y de trato sencillo,

prefiere que su cocina hable por él. Y lo hace con la contundencia del recetario vasco más tradicional pasado por el tamiz de la técnica y la expresividad. Algunos de sus platos más emblemáticos —como el milhojas caramelizado de anguila ahumada, foie gras, cebolleta y manzana verde (1995)— mantienen la capacidad de sorprender aún hoy a los gourmands más avezados y crear escuela en las hordas de seguidores de este genio de la cocina. Por si fueran pocos sus méritos, se añade el de su capacidad innata para transmitir sus conocimientos: junto al goloso David de Jorge (Robin Food), durante mucho tiempo desgranó parte de su saber de la manera más entretenida y didáctica que puede hacerse, y ahora colabora quincenalmente en el programa de Karlos Arguiñano.

Royal de gamba roja e hinojo

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 14 personas)

Para 14 potocos de erizo de 25 g

150 g de carne de gamba roja

50 g de jugo de las cabezas de gambas pasadas por la licuadora

40 g de yema de huevo

55 g de huevo entero

100 g de leche entera

200 g de nata fresca

Triturar en túrmix o Thermomix todo el conjunto a velocidad fuerte durante 1 minuto, colar por un fino y poner a punto de sal y pimienta. A continuación, rellenar un plato de erizos con 1 cuchara sopera de las grandes con 4 g de lentejas verdes por cuenco y cocinar en horno de vapor a 85 °C durante 3 minutos, cubiertos con papel de aluminio. Quitarle el papel después de hornear y rellenar todo el conjunto con gamba previamente horneada y cortada. (Cortar cada gamba en 3 y poner 9 piezas.)

Para la cocción de las lentejas

200 g de lentejas verdes

800 g de caldo

Hervir el caldo, añadir las lentejas y cocer durante 15 minutos al número 5 en la cocina de inducción. Seguidamente, colar y poner en una Gastronorm fría. Reservar.

Para el jugo espumoso de hinojo = $\frac{3}{4}$ partes de la receta da 1 l de acabado

300 g de hinojo

450 g de nata doble

240 g de cebolla

900 g de caldo de mejillón

120 g de mantequilla para pochado

188 g de mantequilla para acabado

3 anises estrellados

9 g de lecitina

Sal y pimienta

Cortar en juliana la cebolla y el hinojo y pocharlos durante 15 minutos con la mantequilla a fuego lento. A continuación, añadir el caldo de mejillón y cocinar a fuego lento otros 10 minutos. Poner la nata doble y el anís estrellado y llevar a ebullición también a fuego lento. Cuando empiece a hervir, sacar del fuego y dejar que infusione durante 30 minutos antes de pasar la mezcla por un chino fino.

Pasar el resto que queda de hinojo y cebolla ya escurrido tras colar por el chino fino por la máquina coreana dos veces para obtener, aproximadamente, 250 g más de jugo de hinojo. Al mezclar los 1.200 g del líquido anterior y los 250 g de ahora, se obtienen 1.450 g. Ahora solo falta añadir la mantequilla fuera del fuego y la lecitina, triturar por la túrmix y colar. Finalmente, emulsionar con la Bamix.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Añadir 1 cucharada sopera de la espuma de hinojo a la royal con la gamba y lentejas, justo hasta que llegue al borde, y acabar el plato agregando unos brotes de hinojo.



Té helado con crema de naranja sanguina, gelée de azafrán y granizado de cava

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para el gelée de pistilos de azafrán

250 g de agua

0,3 g de hebras de azafrán

35 g de azúcar

20 g de zumo de limón

(Esta cantidad daría para cuajar 10 platos, 1 c. s.)

Calentar el agua junto al azafrán, filtrar y dejar infusionar en la cámara durante 2 horas. Pasado ese tiempo, calentar de nuevo, añadir el azúcar y el zumo de limón y llevar a ebullición todo el conjunto. A continuación, preparar un baño maría invertido y enfriar rápidamente el conjunto.

Para el gelée de azafrán

1 l de infusión de azafrán

2 g de agar-agar

Mezclar el agar-agar con la infusión en frío y elevar el conjunto a una temperatura de 38 °C. Seguidamente, retirar $\frac{1}{3}$ del conjunto y llevar a

ebullición con el agar-agar, luego colar usando un papel filtrante y cuajar. Estirar la mezcla acto seguido sobre el plato deseado para el servicio y dejar reposar.

Para la crema de naranja sanguina

93,75 g de huevo

25 g de yema de huevo

62,5 g de azúcar avainillada

12,5 g de ralladura de naranja sanguina

125 g de zumo de naranja sanguina

25 g de zumo de limón

62,5 g de mantequilla

½ hoja de gelatina

(Con estas cantidades salen 300 g de crema de naranja)

Mezclar los huevos, las yemas, el azúcar, la ralladura de naranja sanguina y los zumos en un cazo y cocer a fuego bajo removiendo continuamente con una cuchara de madera hasta alcanzar los 85 °C (napa la cuchara). Dejar entibiar a 65 °C y añadir la hoja de gelatina previamente hidratadas. Mezclar bien y, cuando el conjunto esté a 40 °C, incorporar la mantequilla cortada en dados pequeños. Luego mezclar con túrmix y reservar.

Otros

50 g de nata

200 g de crema de naranja

(15 g por persona)

Montar los 50 g de nata y luego, con la ayuda de una varilla, mezclar la nata montada con 2 kg de la preparación anterior hasta

homogenizar la mezcla. Una vez conseguido, volcar la crema en el recipiente deseado y dejar enfriar durante un mínimo de 3 horas.

Para el granizado de cava

187,5 g de agua
125 g de azúcar
468,75 g de cava
1,25 hojas de gelatina

Colocar el agua y el azúcar en un cazo y llevar a ebullición para disolver bien el azúcar. Después dejar entibiar y añadir la gelatina previamente hidratada; en cuanto esté frío, agregar el cava. Mezclar todo bien y verter la preparación en una bandeja o en un recipiente no muy alto para congelarlo. Rallar el granizado con el picador y mantener en el abatidor hasta su uso.

Para el helado de té earl grey

215 g de leche entera Pascual
430 g de leche entera Pascual
19 g de té earl grey con flor
86 g de nata
172 g de azúcar
86 g de yemas huevo pasteurizado
27 g de leche en polvo descremada
43 g de glucosa atomizada

Por un lado, coger los 215 g de leche y poner a hervir. En cuanto arranque a hervir, retirar del fuego y añadir el té. Dejar infusionar 5 minutos y colar por un fino apretando bien. Por otro lado, mezclar en una cazuela la nata, el resto de la leche, la mitad del azúcar, la leche

en polvo y la glucosa y llevar a ebullición. Y, en otro bol, mezclar el resto del azúcar con las yemas y batir bien.

En una cazuela de mayor tamaño juntamos las yemas con el azúcar, la leche y la nata hervidos, y con el azúcar, la glucosa, la leche en polvo y la infusión de té. A continuación, acercar al fuego removiendo continuamente hasta que llegue a 85 °C (igual que una crema inglesa) y echar sobre un recipiente al baño maría de agua con hielos para que enfríen lo más rápido posible.

Para el croquant de mango (para 10 personas)

200 g de pulpa de mango fresco

30 g de azúcar glas

35 g de isomalt

7 g de glucosa

(Saldrán 20 croquants, a dos croquants por persona)

En un vaso de la Thermomix a 80 °C procesar todos los ingredientes durante 4 o 5 minutos, hasta conseguir una masa lisa y homogénea, colar luego por un colador de malla fina y poner a refrigerar.

A continuación, en un silpat, estirar unos lazos de grosor mínimo y deshidratar a 110 °C durante 45 minutos (humedad y ventilación 0). Retirar del horno y, con mucha rapidez y con ayuda de una espátula, levantar y dar forma de pañuelo (este último paso habrá que hacerlo rápido, ya que pierde la elasticidad en cuestión de segundos). Por último, conservar en deshidratadora a 30 °C.

Para el azúcar de azafrán

50 g de azúcar glas

0,75 g de hebras de azafrán

6,25 g de agua

Llevar el agua a ebullición y añadir las hebras de azafrán. A continuación retirar e infusionar 1 hora. Pasado este tiempo, agregar el azúcar glas a la infusión de azafrán sin parar de remover.

Estirar en un papel sulfurizado con un grosor de 0,2 cm y poner a secar encima del horno 12-15 horas. Una vez seco, triturar en Thermomix hasta obtener un polvo y guardar en un recipiente hermético.

Para las cortezas de naranjas confitadas con chocolate

Cortezas de naranjas confitadas

Chocolate guanaja 70%

Manteca de cacao (micrio): por ejemplo, para 100 g de chocolate poner 25 g de micrio (2 bastones por plato)

Derretir a baño maría el chocolate con el micrio y elevar a 55-58 °C, retirar 1/3 y trabajarlo con espátulas, bajándole la temperatura a 28-29 °C. Luego añadir al chocolate restante, llegando a 31-32 °C.

Seguidamente, con ayuda de unas pinzas, introducir las cortezas de naranja en el chocolate y dejar secar en una placa con papel sulfurizado. Colocar en cámara durante unas horas.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Cuajar el velo de azafrán en un plato de diseño hondo y espolvorear con azúcar de azafrán el vértice. Poner encima del velo el molde de hierro y escudillar la crema en él.

Retirar entonces el molde y espolvorear con azúcar de azafrán. Seguidamente, colocar en cada extremo un croquant y, al lado de la crema, la bola de helado. Arropeando la crema, poner una cucharada

de granizado y, por último, apoyadas en la quenelle, poner dos cortezas de naranja confitadas con chocolate.



ORIOI CASTRO

MATEU CASAÑAS

EDUARD XATRUCH

DISFRUTAR Barcelona



2 estrellas Michelin, 2 soles Repsol

Tres amigos, todos ellos antiguos jefes de cocina de elBulli, se unen para poner en marcha un restaurante en el que poder seguir dando rienda suelta a su creatividad. Quizá sea una descripción demasiado simplista de Disfrutar, pero permite perfectamente hacerse una idea de lo que es. El nombre ya avanza toda una declaración de intenciones, tanto para los clientes como para ellos mismos. Ese

mismo objetivo estuvo presente en el primer proyecto conjunto de Oriol Castro, Mateu Casañas y Eduard Xatruch, bautizado como Compartir y ubicado en Cadaqués. Ahora cambia el escenario, pero el marco conceptual es muy similar. En Disfrutar conservan la filosofía y el espíritu que vivieron en el legendario restaurante de Roses: se mantiene el valor del equipo, se desarrollan las técnicas de vanguardia que practicaron y, por encima de todo, prevalece el propósito de sorprender y proporcionar placer a un cliente cómplice.

Langostino al cava

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la salsa de cava

300 g de cava brut nature

30 g de chalota

120 g de mantequilla

0,2 g de xantana

Sal

Reducir el cava a la mitad. Luego pelar y picar la chalota y fondearla con la mantequilla hasta que esta adquiriera un color avellana. Añadir la xantana al cava reducido y triturar con el túrmix. A continuación incorporar la mezcla de chalota y mantequilla sin dejar de emulsionar para conseguir una salsa cremosa. Poner a punto de sal y colar.

Para la esponja de cava

500 g de cava brut nature

125 g de mantequilla

Reducir el cava hasta los 250 g y luego añadir la mantequilla y fundir. Emulsionar en caliente con la ayuda de un túrmix hasta obtener en la superficie una crema aérea, que es la esponja de cava.

Para los langostinos

4 langostinos de 100 g/unidad

Con la ayuda de un cuchillo bien afilado o con unas tijeras, abrir los langostinos por la mitad cortando la cáscara solamente por la parte interior del abdomen, de forma que el langostino quede totalmente abierto en dos mitades, pero estas se mantengan sujetas entre sí por la cáscara posterior. Sacar el intestino y guardar.

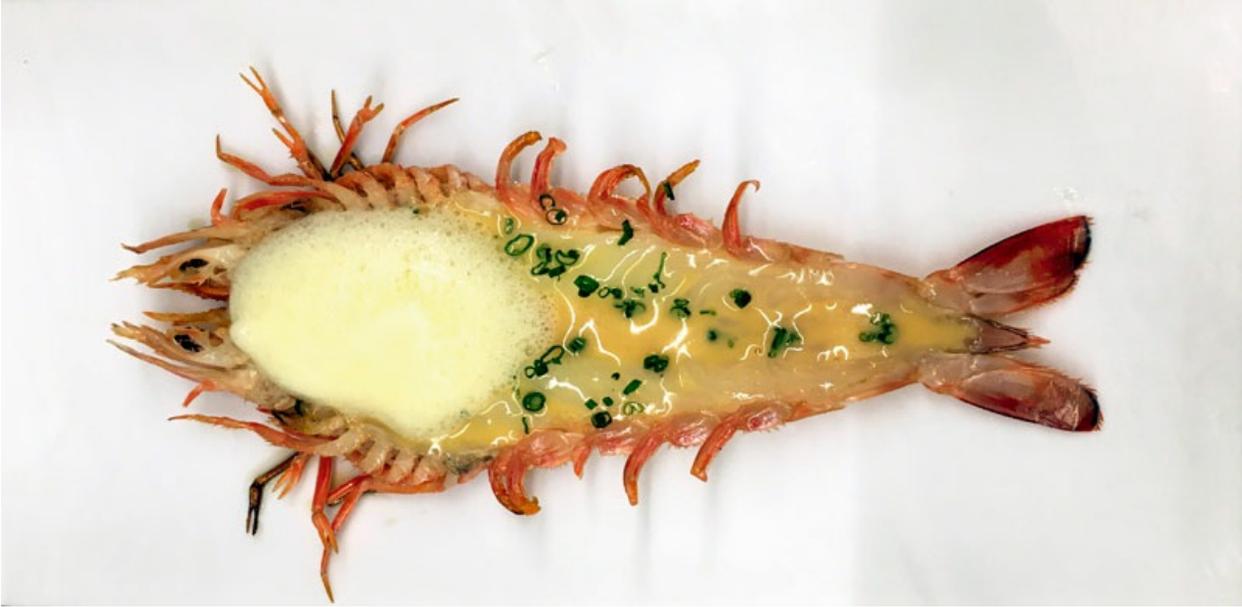
Otros

Cebollino picado

Sal

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Sacar los langostinos de la nevera 30 minutos antes de su utilización para que pierdan el frío y luego poner la carne de langostino a punto de sal y cocinar en la plancha a fuego medio por el lado de la cáscara, de forma que se obtenga una cocción nacarada. Aliñar la carne de langostino con 1 cucharada de salsa de cava bien caliente y espolvorear un poco de cebollino picado. Terminar con 1 cucharada de esponja de cava encima de la cabeza del langostino y servir.



Nuestros macarrones a la carbonara

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para el caldo de jamón ibérico

1 kg de huesos de jamón ibérico

3 l de agua

Limpiar los huesos de posibles partes rancias, cubrirlos con agua y blanquear. Escurrir y disponer los huesos blanqueados con el agua indicada en una olla y cocer a fuego lento durante 5 horas, desespumando y desgrasando continuamente. Colar por estameña, volver a desgrasar y guardar en la nevera.

Para los macarrones de gelatina

1 l de caldo de jamón ibérico (elaboración anterior)

25 g de Kappa

3 hojas de gelatina (de 2 g previamente rehidratadas en agua fría)

Sal

Entibiar el caldo de jamón y poner a punto de sal si fuera necesario. Añadir la Kappa y llevar a ebullición sin dejar de remover con la ayuda de un batidor de mano. Una vez que ha arrancado el hervor,

espumar, retirar del fuego y agregar las hojas de gelatina. Disolver y dejar entibiar el líquido.

Sumergir el hierro para macarrones en abundante agua con hielo, escurrir y a continuación sumergirlo en la mezcla de gelatina líquida durante 7 segundos. Sacar el hierro del baño, reposar 1 minuto y extraer los tubos de gelatina que se habrán formado, con cuidado de no romperlos. Cortar los tubos en forma de macarrón de 4 cm de longitud (se necesitan 20 macarrones por persona) y guardar en la nevera.

Para la espuma caliente de carbonara

75 g de beicon ahumado

25 g de mantequilla

200 g de nata

20 g de yema de huevo

0,8 g de xantana

Sal y pimienta

2 cargas de óxido de nitrógeno

Picar el beicon y fondearlo con la mantequilla. Cuando esté dorado, retirarlo del fuego y añadir la nata. Levantar el hervor al conjunto, retirar del fuego e infusionar 30 minutos. Después colar y añadir la yema de huevo y luego la xantana y triturar con un batidor de mano hasta que no queden grumos y se consiga una crema fina. Poner a punto de sal y pimienta, colar e introducir en el sifón. Cerrar y cargar con el gas. Mantener la espuma en el baño maría a 64 °C.

Para la mantequilla de beicon

50 g de beicon ahumado

50 g de mantequilla

Juntar la mantequilla con el beicon y cocer a fuego lento durante 30 minutos con la intención de obtener una mantequilla con gusto potente a beicon. Colar y guardar.

Otros

1 trozo de 100 g de parmesano *reggiano*

40 daditos de parmesano *reggiano* de 0,5 cm

80 daditos de beicon ahumado de 0,3 cm

Yema de huevo

Sal y pimienta

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Juntar los dados de beicon con la mantequilla de beicon y calentar hasta que el beicon esté cocido. Entibiar los macarrones de gelatina en la salamandra y disponerlos en la sartén de presentación caliente. Aliñar los macarrones con el beicon cocido, 2 cucharadas de mantequilla de beicon caliente, un cordón de yema de huevo, los dados de parmesano, sal y pimienta. Servir la sartén con los macarrones y, por otro lado, el sifón con la espuma caliente, y el trozo de parmesano con rallador.

Delante del cliente, el camarero aplicará la espuma encima de los macarrones y mezclará con 2 cucharas para salsear los macarrones con la espuma-salsa. Por último, rallará parmesano por encima y servirá los macarrones.



JORDI CRUZ

ABAC Barcelona



3 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Es probable que su andadura en el jurado del televisivo *MasterChef* haya hecho de él uno de los rostros más conocidos de los fogones españoles, pero los méritos de Jordi Cruz sobrepasan con mucho los de la pequeña pantalla. Volcado en la cocina desde los 14 años, recibió su primera estrella Michelin a los 24: el chef más joven de nuestro país y el segundo del mundo en recibir esta distinción. Sería

un aviso de los numerosos reconocimientos del panorama culinario español e internacional que le aguardaban —como el de ganador de la primera edición del Concurso Cocinero del Año (en el que ahora participa como vicepresidente del jurado), o el de Chef de l’Avenir 2013, de la Academia Internacional de Gastronomía, por citar dos ejemplos—. Incansable y en evolución constante, la suya es una cocina basada en el producto, donde tanto la creatividad como la tradición tienen cabida. Hoy la desarrolla en Angle, Atempo Bistró-Cosmopolita, Ten’s Tapas Restaurant y, desde luego, en ABaC Restaurant & Hotel, toda una joya gastronómica en la Ciudad Condal.

Calçots asados y confitados con pan de humo y romesco helado

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 2 personas)

Para los calçots

8 calçots o puerros jóvenes

Sal y pimienta

Poner los calçots a quemar directamente a la llama de madera tipo sarmiento de vid. Una vez quemados, apartarlos, envolverlos en papel de periódico y dejarlos enfriar. Cuando ya estén fríos, pelarlos, envasarlos al vacío con un poco de aceite de oliva y cocerlos a 85 °C durante 25 minutos. (Esta operación se puede realizar sin vacío, pero tanto por textura como para guardarlos antes de utilizarlos, es mejor proceder como se ha descrito.) Finalmente, cortarlos en trozos de 4 cm aproximadamente.

Como la estacionalidad de la cebolla tierna llamada calçot no es muy larga y no siempre es fácil de conseguir, es posible realizar esta receta con puerro joven, con el que se logran fantásticos resultados.

Para el pan negro

160 g de harina

4 g de levadura
15 g de aceite
75 g de agua
4 g de sal
3 g de colorante vegetal negro

Calentar un poco el agua en un cazo (debe quedar tibia) y añadir la levadura. A continuación mezclar todos los ingredientes y amasar para conseguir una masa homogénea. Dejar fermentar hasta que crezca casi el doble y bolear después, poniendo las bolas de masa en la bandeja donde finalmente se cocerá el pan. Una vez haya fermentado, meterlo al horno durante 20 minutos a 180 °C.

Dejar enfriar el pan y, seguidamente, introducirlo en una deshidratadora y secarlo. Esta operación se puede realizar en el horno a temperatura mínima hasta que el pan esté seco y crujiente. Reservar de la humedad en un recipiente hermético.

Para el helado de romesco

65 g de avellanas
65 g de almendras
725 g de tomate
Cebolla
25 g de ajo
25 g de ñoras
50 g de mezcla para helados o estabilizante clásico
10 ml de vinagre de Jerez
Vinagre de Módena
Aceite de avellana tostada
Aceite de oliva

Mantequilla

Sal y pimienta

Remojar la ñora con un poco de agua y luego hornear junto al resto de las verduras a 180 °C hasta que estén totalmente cocidas. Asar completamente los tomates, las cebollas envueltas en papel de aluminio con sal, aceite y azúcar, al igual que los ajos, aunque estos se cuecen sin pelar y, en lugar de con aceite, con mantequilla.

Una vez cocidas todas las verduras, pelar si es necesario y pasarlas por un robot de cocina hasta formar una pasta fina. Por otro lado, tostar los frutos secos y hacer un praliné. Cuando el puré de verduras y el praliné estén fríos, mezclarlos con un túrmix hasta que quede un puré bien fino y emulsionar con aceite de oliva para conseguir la textura deseada. Rectificar de sal y pimienta, y añadir aceite de avellana tostada, vinagre de Jerez y vinagre de Módena al gusto. Incorporar la mezcla para helados o estabilizante y, una vez reposado, si es necesario, pasarlo por la heladera.

Para esta receta, otra opción es no realizar el helado y servir el romesco cremoso directamente con fantásticos resultados.

Otros

Vinagre balsámico reducido

Pipa de humo y virutas de madera sin resina

Aceite de oliva de calidad

Escamas de sal

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar 4 o 6 segmentos de calçot uno al lado del otro formando un rectángulo y poner trozos y polvo de pan negro, como si de carbón se

tratara. Acabar la presentación disponiendo en el centro una cantidad suficiente de helado de romesco con un hilo de vinagreta a base de vinagre balsámico reducido, aceite y escamas de sal.

Si es posible, servir el plato con campana de cristal, tras introducir en ella humo con la ayuda de una pipa de ahumar.



Bajo una escarcha de flores secas, nubes de yogur, crujientes galletas, granita de cava y helado de violetas

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 8-10 personas)

Para el crujiente de yogur

100 g de mantequilla
100 g de azúcar moreno
100 g de harina de almendra
100 g de harina de trigo
50 g de Yopol o yogur en polvo

Trabajar en robot de pastelería con la pala la mantequilla pomada junto con el azúcar y, cuando estén bien mezclados, agregar las harinas. A continuación estirar la masa, que ha de quedar de un grosor de 5 mm aproximadamente, y hornearla durante 15 minutos a 180 °C. Cuando se enfríe, picarla y añadirle el yogur en polvo.

Para la espuma de yogur

400 g de yogur natural
200 g de leche
100 g de azúcar

8 g de zumo de limón
2 hojas de gelatina de 2 g cada una

Meter las 2 hojas de gelatina en un recipiente con agua helada y dejarlas en remojo 5 minutos. En un cazo llevar a ebullición 100 g de leche y el azúcar, retirar del fuego y añadir las gelatinas perfectamente escurridas.

Seguidamente mezclar el resto de los ingredientes y añadir la leche con las gelatinas, sin dejar de remover para que se mezclen bien. Introducir en un sifón y reservarlo en la nevera hasta el momento de usarlo (de todas formas, ha de estar refrigerado un mínimo de 2 horas).

Para el néctar de flores

250 g de miel de pino
50 g de néctar de flor de saúco
4 gotas de esencia de jazmín
5 gotas de esencia de naranjo
10 gotas de agua de rosas

Mezclar todos los ingredientes y reservar en un biberón hasta el emplatado.

Para el helado de violeta

150 g de nata
750 g de leche entera
80 g de azúcar
30 g de dextrosa
150 g de flor de violeta cristalizada
6 g de estabilizante

Calentar los ingredientes líquidos hasta alcanzar una temperatura de 40 °C y luego añadir los sólidos, a excepción de la violeta. Seguir calentando hasta alcanzar los 83 °C y luego, fuera del fuego, añadir la flor de violeta y dejar infundir 30 minutos. Colar y macerar la base durante 8 horas en la nevera. Mantecar en una máquina de helados y reservar.

Para el cristal de flores secas

Flores comestibles

Lactosa en polvo

30 discos de papel de arroz, obulato

75 g de azúcar

100 g de agua

Seleccionar las flores más delicadas, colocarlas en una fuente cubiertas con una capa fina de lactosa y dejarlas unas horas en un lugar fresco y seco hasta que estén tiernas. Hervir el azúcar y el agua para formar un almíbar, dejar enfriar y colocar en un recipiente vaporizador.

Seguidamente pasar un papel con gotas de aceite por la superficie de una plantilla de silicona, colocar una capa de discos de obulato, vaporizar un poco de almíbar y poner encima 2 o 3 flores secas. Sobre esta primera capa de discos, añadir una segunda y repetir la misma operación con el almíbar y las flores. Acabar con una última capa de papel de arroz e introducir la fuente en un deshidratador a 50 °C durante un mínimo de 6 horas, hasta que los discos estén totalmente secos y crujientes.

Para el granizado/sorbete de cava

3 dl de cava de buena calidad
Nitrógeno líquido

Introducir el cava en un criobol o recipiente adecuado para trabajar con nitrógeno, trabajar con unas varillas y helar con el nitrógeno hasta obtener una textura helada consistente.

Otros

Arándanos
Fresas del bosque
Variados de flores

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Cortar el bizcocho de yogur en 3 trozos del mismo tamaño y disponerlos en la base del plato, espolvorear por encima los arándanos y las fresas del bosque. Luego, en el centro, poner el helado de violeta cubrir con la espuma de yogur. Al lado, añadir 1 cucharada de cava helado y acabar el plato con un cristal de flores secas, unas gotas de néctar de flores y algunas flores frescas.



MIGUEL ÁNGEL DE LA CRUZ

LA BOTICA Matapozuelos, Valladolid



1 estrella Michelin, 2 soles Repsol

La modernidad y la tradición conviven en perfecta avenencia en La Botica, una antigua casa de labranza que en tiempos funcionó como despacho de farmacia y que hoy acoge un restaurante imprescindible en Castilla y León. Dos generaciones de cocineros con dos estilos

bien diferenciados comparten fogones con la pasión común de ofrecer el mejor producto de cercanía: Teodoro, el padre, borda los asados en el curtido horno de leña y domina los escabeches clásicos; Miguel Ángel, el hijo, supone la renovación, y aporta el dominio de las técnicas de vanguardia y el coraje de rescatar los sabores olvidados de las plantas silvestres que crecen en las proximidades, de las que es un auténtico conocedor. Verdolaga, nueza, collejas o acedera matizan unos platos que suelen dar cabida a los frutos secos, especialmente a los maravillosos piñones que abundan en la zona. En la sala, y al frente de la bodega, su hermano Alberto transmite todo ese buen hacer para completar una experiencia gastronómica inolvidable.

Lomo de sardina, queso de oveja ahumado, remolachas y pan de pueblo con piñones

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los lomos de sardina

2 sardinas de tamaño grande

80 g de sal marina

70 g de azúcar

5 g de hinojo en polvo

20 g de cava

Aceite de oliva virgen

Limpiar las sardinas de escamas, sin retirar la cabeza ni los interiores. Marinar durante 8 minutos en una mezcla con la sal, el azúcar, el hinojo y el cava. Pasado ese tiempo, sacar los lomos y retirar la cabeza, las espinas y los interiores. Comprobar el punto de marinada de los lomos y reservarlos en un recipiente cubiertos con aceite de oliva virgen.

Para el pan de piñones

4 huevos

80 g de azúcar

100 g de harina
20 g de aceite de oliva
20 g de piñón

Montar los huevos en una batidora hasta que doblen su volumen inicial y luego añadir el azúcar y seguir mezclando para que se incorpore bien. Agregar la harina tamizada, lentamente, y, por último, el aceite de oliva y los piñones rotos. Mezclar hasta obtener una masa homogénea con textura cremosa. A continuación disponer la masa del pan de piñones en un molde apropiado y hornear 40 minutos a 180 °C. Dejar enfriar, desmoldar y seguidamente laminar y formar círculos con ayuda de un molde.

Para el praliné de piñón

100 g de piñón
50 g de aceite de girasol

Confitar lentamente los piñones en el aceite hasta que adquieran un bonito tono tostado y después triturar la mezcla para obtener una crema ligera.

Para la remolacha

200 g de remolacha blanca
50 g de mantequilla

Pelar la remolacha y cocer al vapor hasta que esté bien tierna. Laminar y formar pequeños círculos con ayuda de un molde como se ve en la fotografía y con la remolacha restante hacer un puré espeso, emulsionando la remolacha y la mantequilla en un vaso americano con temperatura. Sazonar y reservar.

Otros

Queso de oveja ahumado

Hojas de albahaca

Vinagre de vino blanco

Aceite de oliva virgen extra

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En el centro de un plato apropiado, disponer una cantidad generosa de crema de puré de remolacha. Colocar alrededor los círculos de remolacha y del pan de piñones, y sobre estos los lomos divididos en trozos. Añadir unas gotas de praliné de piñón y el queso de oveja rallado. Disponer las hojas de albahaca sobre el conjunto y servir aliñado con unas gotas de vinagre y aceite de oliva.



Tomate asado con una sopa de verduras al cava

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los tomates

4 tomates

150 g de cava

80 g de azúcar

10 g de hojas de albahaca

Pelar los tomates, para ello antes hay que hacerles una incisión en la piel, escaldarlos en abundante agua hirviendo y luego pasarlos a agua con hielo. Seguidamente, en un cazo, mezclar el cava y el azúcar, levantar a hervor y dejar que reduzca hasta obtener la textura de una jalea. A continuación infundir las hojas de albahaca en esta jalea durante 10 minutos.

Retirar las hojas y disponer los tomates en una placa de horno tras impregnar con la jalea de cava todas sus caras. Sazonar y después hornear los tomates a una temperatura de 120 °C durante 5 horas para obtener tomates semisecos.

Para la sopa de verduras al cava

100 g de cebolletas tiernas

50 g de puerros

40 g de bulbos de hinojo
30 g de apio blanco
200 g de cava
200 g de agua
20 g de crema de leche
20 g de aceite de oliva virgen extra

En un cazo apropiado, añadir las verduras picadas finamente y el cava. Reducir este hasta la mitad de su volumen y luego añadir el agua y llevar a hervor suave. Mantener así el tiempo suficiente para obtener un caldo de sabor concentrado. Luego retirar las verduras, filtrar bien fino el caldo. Verterlo en un vaso americano y emulsionar con el aceite de oliva y la crema de leche. Sazonar.

Otros

Hojas de rúcula

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un plato apropiado, disponer los tomates a una temperatura tibia y añadir una cantidad generosa de la sopa de verduras al cava también a temperatura tibia y unas gotas de aceite de oliva. Finalmente, disponer unas hojas de rúcula sobre el conjunto.



MANUEL DE LA OSA

LAS REJAS (TABERNA GASTRONÓMICA) Las Pedroñeras,
Cuenca



El pequeño pueblo conquense de Las Pedroñeras es conocido como la capital mundial del ajo, pero si está en deuda con alguno de sus vecinos por colocarlo en el mapa gastronómico es sin duda con Manuel de la Osa. Manolo creció trasteando en la cocina del bar que regentaban su abuela, su madre y sus tías. Allí se impregnó de los

olores y sabores manchegos y aprendió las bases de la cocina tradicional de la tierra. Comida de pastores, sabrosa y contundente, a base de ingredientes sencillos y auténticos, pero elaborada sobre todo con la intención de quitar el hambre. Solo que este cocinero albergaba la sensibilidad necesaria para transformar esa herencia en unos platos asombrosamente sutiles. Su sopa de ajo (fría o caliente) es legendaria, y el azafrán, la caza, el queso o el vino se suman a una oferta de calidad demoledora. Desde 2016, el Restaurante Gastronómico Las Rejas dejó en herencia su saber hacer a la Taberna Gastronómica Las Rejas y trasladó la aventura de la alta cocina a Madrid. Adunia, la nueva propuesta de Manuel de la Osa, llegó a la capital con tintes cervantinos en el nombre, la esencia de Castilla en el espíritu y la misma pasión y saber hacer que siempre han acompañado a uno de los chefs más reconocidos del país.

Ostra con escabeche de perdiz azafranado y espumoso de cava

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

8 ostras con su caldo

200 g de escabeche de perdiz

5 hebras de azafrán

200 g de setas

20 cl de cava seco

Aromáticos: perifollo, menta e hinojo

Tomillo, romero y salvia

Alioli

Pimienta de Sichuán

2 dientes de ajo

1 cucharada de mantequilla

5 mg de lecitina de soja

Aceite de oliva virgen

Tras hacer un escabeche de perdiz de forma tradicional con azafrán y un alioli suave, abrir las ostras y reservar el jugo. A continuación hay que confitar las setas, y para ello se saltean los dientes de ajo, el tomillo, el romero y la salvia en 1 dl de aceite de oliva virgen, se añaden las setas para que reposen en el aceite y se dejan enfriar.

Para la elaboración del aire, emulsionar hasta hacer pompas el jugo de las ostras y el cava, 1 cucharada de mantequilla y 5 mg de lecitina de soja.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Poner en un plato 1 cucharadita de alioli, colocar la ostra con un poquito de pimienta de Sichuán, añadir por encima el escabeche azafranado, el aire de ostra y cava y las setas confitadas. Decorar con perifollo, hinojo y menta.



Tomate, cebollas, olivas, albahaca y queso

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Puré de olivas negras

2 pimientos rojos

1 manzana golden

1 cebolla

½ vaina de vainilla

10 cl de aceite de oliva virgen extra

1 ramita de tomillo

4 hojitas de salvia

16 tomates cherry

Crema de queso

Flores de romero

Para la sopa de queso

1 cebolla dulce

200 g de queso en diferentes curaciones

1 l de caldo de ave

200 g de nata

5 hojas de albahaca

Preparar primero la sopa de queso rehogando la cebolla y añadiendo luego los quesos rallados. Mojar con caldo de ave, cocer hasta reducir, añadir nata y, finalmente, incorporar la albahaca e infusionar.

Escaldar los tomates cherry y marinar con el aceite de oliva virgen extra y los aromáticos. Después asar los pimientos rojos aromatizándolos con las semillas de vainilla y hacer un puré de cebolla y manzana golden.

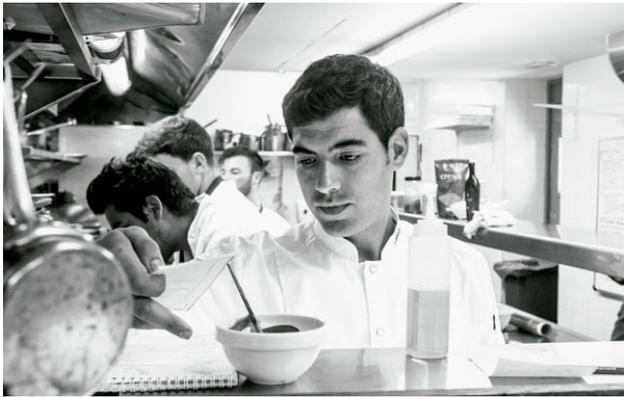
ACABADO Y PRESENTACIÓN

Poner el puré de cebolla en el plato y luego colocar los tomatitos y distribuir por encima de ellos puré de olivas negras. Al lado, añadir los trozos de pimiento rojo asado cubriéndolos con crema de queso y hojas de albahaca. Finalmente verter la sopa de queso y decorar con flores de romero.



ANDREU GENESTRA

ANDREU GENESTRA Capdepera, Mallorca



1 estrella Michelin, 2 soles Repsol

La historia de Andreu Genestra es una historia de esfuerzo y amor a su tierra. Con apenas 15 años, mientras trabajaba de marmitón en un hotel mallorquín, pensó que podía llegar a ser cocinero. Y para ello trabajó sin descanso. Primero formándose en la Escuela de Cocina de la Universidad de las Islas Baleares y luego recorriendo los mejores restaurantes de España, como elBulli, Arzak o Mugaritz, en los que acumuló experiencia y sobre todo recibió influencias que le han marcado para llegar a ser el cocinero que es: sensible y audaz, consciente del valor de los productos de su tierra y al mismo tiempo con la inteligencia de no renunciar a sabores lejanos. En su restaurante del Hotel Predi Son Jaumell, en Capdepera, elabora una cocina de hondas raíces mallorquinas, en la que las verduras y hortalizas de su propia huerta, recolectadas en sazón, y los productos

locales de proveedores que comparten su filosofía son absolutos protagonistas, junto con las especias, de las que se declara enamorado. «Cuina de la terra» que, como él, ha viajado por el mundo y vuelto a casa.

Calamar, tinta al cava y coliflor

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la coliflor crujiente

1 coliflor

250 g de almidón de patata

Cortar finamente láminas de coliflor, espolvorearlas con el almidón de patata y freír. Deshidratar por espacio de 6 horas a 60 °C.

Para los grissini de tinta de calamar

250 g de harina floja

75 ml de agua

25 ml de aceite 0,4

50 mg de tinta de calamar

5 g de levadura fresca

5 g de sal

1 g de alga nori en polvo

Semolina para estirar la pasta

Mezclar todos los ingredientes y amasar de forma suave con la batidora. Una vez que la masa sea homogénea, dejar reposar por espacio de 1 hora. A continuación, con una máquina de pasta fresca,

estirar la masa de grissini como si de espaguetis se tratara con ayuda de la semolina, para que no se peguen.

Estirar en bandejas y cocinar en el horno a 210 °C durante 6 minutos.

Para el caldo de pieles de patata

150 g de pieles de patata nueva hervida

50 ml de vino blanco

1 l de agua mineral

1 l de fumet

Sal

Secar las pieles cocidas de patata y, a continuación, sofreírlas y desglasarlas con el vino blanco. Cuando este reduzca, añadir el agua y el fumet y reducir de nuevo al fuego. Colar el jugo y rectificar de punto de sal.

Para el caldo de calamar con canela y tinta

300 g de alas de calamar sin pelar

1 g de canela

Sal

30 g de tinta de calamar

500 ml de cava

2 litros de fumet

0,7 g de goma xantana

Sazonar las alas de calamar con sal y canela mezcladas y dorarlas en una cazuela. A continuación, añadir la tinta y el cava, dejar reducir y agregar el fumet.

Cocer durante 1 hora a fuego medio y después colar el caldo y añadir la goma xantana con ayuda de una batidora. Dejar reposar en frío.

Para el guiso de patas de calamar

200 g de patas de calamar
20 ml de aceite de oliva virgen
40 g de chalotas
25 g de mantequilla con sal
50 ml de caldo de pieles de patata
50 ml de caldo de calamar con canela y tinta
10 g de cebollino
10 g de perejil
Sal
Brandy

En una sartén calentar el aceite y saltear las chalotas y las patas de calamar cortadas previamente en trozos menudos. Una vez evaporada el agua de cocción, flamear con el brandy y agregar los dos caldos para luego dejar reducir. Añadir el cebollino y el perejil picado muy finamente y, por último, ligar con la mantequilla con sal hasta que quede una salsa espesa.

Para el calamar a la canela

500 ml de infusión de canela
5 g de pimienta rosa
300 g calamar limpio
10 g de pimienta pino
Sal

Aceite

Calentar la infusión de canela y mezclar la pimienta rosa. Una vez fría la infusión, dejar reposar los calamares 1 hora y, transcurrido este tiempo, escurrir, secar bien, sazonar levemente y dorar un poco en una sartén. Terminar en el horno de brasa a una temperatura 100 °C a fuego indirecto, ahumando al mismo tiempo con pimienta pino.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

A la hora del montaje, una vez terminado el guiso de las patas de calamar, ponemos en el plato una lágrima del guiso junto con el caldo de pieles de patata. Luego sacar el calamar del horno de brasa y, con ayuda de un cuchillo, cincelarlo para después cubrirlo con la salsa de calamar y canela. Terminar con los grissini de tinta y la coliflor crujiente.



Lampuga con jugo de higo chumbo fermentado y anguila melosa

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la remolacha marinada con pimentón Tap de Cortí

1 kg de remolacha

300 g de azúcar

175 g de sal

25 g de pimentón dulce Tap de Cortí

5 g de pimienta negra en grano

Cocer las remolachas con la piel durante 20 minutos y, una vez cocidas, retirar el agua con ayuda de una tapa para cubrir la olla y deshidratar al fuego las remolachas durante 2 horas a 65 °C. A continuación, pelarlas y cortarlas en láminas.

Mezclar las especias con la sal y el azúcar, espolvorearlas por encima de la remolacha, limpiar en agua fría, secar y cortar con un cortapastas para hacer una forma de aro.

Para el caldo de fermento de higo chumbo

2 l de agua

300 g de pulpa de higo chumbo

70 g de arroz
1 g de alcarabea
1 g de macis
250 ml de cerveza
Sal

Poner a cocer el agua con la pulpa de higo chumbo y, en paralelo, tostar en una sartén el arroz con las especias previamente machacadas. A continuación, añadir al caldo de higo chumbo y cocer el arroz hasta que esté pasado.

Cuando se enfríe un poco, agregar la cerveza y dejar reposar durante 3 días a temperatura ambiente. Colar y poner a punto de sal.

Para el guiso de anguila con patata

100 g de pieles de anguila
300 g de brunoise pequeña de patata
1 g de ajo picado
25 ml de aceite de oliva
200 ml de fumet
100 ml de caldo de anguila
1 g de fenugreek picado
30 ml de demi-glace de cebolla

Cocinar al vacío las pieles de anguila unos 20 minutos a 70 °C, enfriar y cortar en brunoise pequeña. A continuación, sofreír el ajo con la patata con un poco de aceite de oliva y, cuando esté dorada la patata, añadir el fumet como si de un risotto se tratara y, luego, poco a poco el caldo de anguila. A media cocción agregar las pieles de anguila y

seguir cocinando. Al final añadir el fennugreek y la demi-glacé de cebolla, y rectificar de sal. Tiene que tratarse como si fuera un risotto.

Para el guiso de callos de bacalao con anguila

60 g de tripas de bacalao en salmuera
125 g de cebolla
2 g de ajo picado
10 g de perejil picado
100 ml de aceite
25 g de filete de anguila fresco cortado en brunoise
1 g de pimentón dulce Tap de Cortí
50 ml de leche de almendra
Sal
Pimentón picante

Limpiar los callos de bacalao, cocerlos durante unos 5 minutos y enfriarlos en hielo. Seguidamente pelarlos y picarlos finamente. Sofreír el ajo junto a la cebolla hasta que se vuelva transparente y añadir los callos de bacalao y la anguila y guisar unos minutos. Agregar las especias y acto seguido la leche de almendra. Por último, espolvorear el perejil y dejar reposar 1 hora.

Para la lampuga a la brasa de pimientos

Para la infusión de agua de mar y pimienta pino

1 l de agua de mar
25 g de pimienta pino

Cocer la pimienta con el agua durante 5 minutos y dejar infusionar 3 horas.

Colar y enfriar.

Para la lampuga

400 g de filete de lampuga

250 ml de agua de mar infusionada con pimienta pino

15 g de pimienta pino

Sumergir los filetes de lampuga dentro del agua de mar y dejar marinar 5 minutos. A continuación secarlos bien y untarlos con grasa de bacalao antes de asarlos al horno Kamado a 100 °C 7 minutos. Durante la cocción añadir la pimienta pino a la brasa para que aporte el ahumado.

Pólvora de hierbas aromática

3 g de perejil seco

3 g de tomillo limonero seco

3 g de orégano

3 g de albahaca seca

Picar finamente todas las hierbas y, tras pintar el plato con aceite, espolvorearlas por encima.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Trazar una línea de caldo del guiso de callos con ayuda de un pincel, espolvorear con la mezcla de aromáticas y limpiar el exceso.

Después montar en el plato los aros de remolacha rellenándolos del guiso de bacalao y anguila. Y mientras se termina de asar la lampuga a la brasa, salsear con caldo fermento de Tap de Cortí el plato. Por último, sacar la lampuga especiada. Al ser un pescado azul, es muy importante cuidar el punto de cocción para que no quede seco.



PABLO GONZÁLEZ

CABAÑA BUENAVISTA El Palmar, Murcia



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Pablo ha recorrido las cocinas de media España para volver a su Murcia natal y afrontar totalmente preparado su reto más personal. La cocina de Cabaña Buenavista no debe ni puede desligarse de su entorno, porque la ambición de Pablo y su equipo va más allá de

ofrecer al comensal una experiencia puramente culinaria. Su intención es conquistar y enamorar a través de todos los sentidos en un espacio en el que la naturaleza, la luz y el agua se alían para seducir al visitante. Como el chef afirma, «la cocina es sueño..., soñemos». A pesar de estas románticas aspiraciones, su cocina se asienta en pilares muy sólidos, empezando por unas materias primas de una calidad irreprochable y un trabajo decidido y constante en la experimentación y el ensayo. Ni su planteamiento ni sus horarios son convencionales porque así está planeado, pero merece la pena dejarse llevar por él y adentrarse en este tan particular universo gastronómico, del que es imposible salir defraudado.

Adoquín de verdura en escabeche, manitas y níscalos

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT NATURE O CAVA DE PARAJE CALIFICADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 2 personas)

Para las manitas

6 kg de manitas de cerdo

3 cebollas

2 zanahorias

Agua

Sal al gusto

Poner las manitas en remojo con agua y sal durante 12 horas. Lavar, limpiar y cocer en una olla exprés con la cebolla y la zanahoria limpia y cortada en tacos durante 40 minutos. Dejar enfriar y luego deshuesarlas y envolverlas en papel film haciendo un rulo. Reservar y congelar.

Para la verdura en escabeche

2 cebollas

4 zanahorias

50 ml de ron añejo

30 ml de vinagre

1 cucharadita de pimentón
Sal
Agua
Pimienta laurel
1 diente de ajo

Cortar las zanahorias y las cebollas en juliana, sofreírlas en una cazuela y añadir el ajo picado, el laurel y la pimienta; cuando estén pochadas, agregar el pimentón con cuidado de que no se pase y, a continuación, el ron y el vinagre. Una vez cocido el conjunto, triturar y colar para dejarlo enfriar en una manga.

Para la verdura

2 nabos
1 zanahoria
100 ml de vinagre
220 ml de agua
Sal

Pelar el nabo y la zanahoria, pasarlos por la mandolina en corte fino, colocarlos en dos recipientes por separado y ponerlos en remojo con agua, vinagre y sal. Dejar reposar durante 30 minutos.

Para los níscales y berberechos

60 g de níscales limpios
4 chalotas
4 dientes de ajo
3 g de pimentón
5 g de vinagre de jerez
100 g de aceite

250 g de berberechos limpios

Sofreír los ajos con la mitad del aceite, incorporar la chalota cortada en juliana, salpimentar y rehogar un par de minutos. Luego añadir los níscalos cortados en cuadrados de 1 cm y pochar 2 minutos más antes de retirar el conjunto del fuego. Agregar pimentón y el resto del aceite y el vinagre y reservar.

Sofreír los 250 g de berberechos limpios y reservar.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Sacar del congelador las manitas, pasarlas por la mandolina y cortar muy fino antes de colocarlas en el fondo del plato. Cubrirlas con el nabo y la zanahoria, y luego poner por encima de esta segunda capa las setas y los berberechos. Decorar con la manga de verduras en escabeche haciendo pequeños puntitos por el plato. También se pueden usar flores comestibles y brotes como decoración.



Carpacho de mújol con su hueva y esférico de cava

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 2 personas)

Para la crema de pescado

500 g de espinas de pescado

2 tomates

2 cebollas

1 patata

Limpiar todos los ingredientes y asarlos en el horno. Después triturar y colar. Quedará una textura de crema.

Para el carpacho de mújol

1 mújol

Limpiar el mújol sacándole los 2 lomos limpios y libres de espinas. Congelar envuelto en papel film durante 48 horas. Una vez esté congelado lo cortamos en lonchas muy finas y reservamos.

Para el praliné

100 g de almendras tostadas

10 cl de aceite de oliva

Triturar las almendras y el aceite haciendo un praliné.

Para los esféricos de cava

250 cl de cava

1,5 g de xantana

4 g de gluconolactato

1,5 l de agua

12,5 g de alginato

Poner en un recipiente 1,5 l de agua y añadir 12,5 g de alginato. Texturizar el cava con xantana, agregar los 8 g de gluconolactato y meterlo en un biberón de cocina. Hacer esferificaciones de tamaño de un guisante.

Otros

100 g de coliflor

100 g de huevas de mújol

Brotes y flores comestibles

Picar la coliflor haciendo una tierra muy fina y cortar las huevas al gusto.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Poner en el fondo del plato un hilo de crema de pescado y colocar sobre él el carpacho de mújol. Poner sobre el pescado la tierra de coliflor y repartir por encima de ella unos puntos de praliné de almendra utilizando una manga pastelera. Colocar los trozos de huevo cortada y los esféricos de cava y decorar con brotes y flores comestibles.



SERGIO HUMADA

VIA VENETO Barcelona



1 estrella Michelin, 3 soles Repsol

Sergio Humada cuenta en su mano con todos los ases para ganar cualquier partida que se juegue entre cazuelas. Hijo del gran cocinero vasco Juan Mari Humada, se curtió con los mejores maestros de España, trabajando en El Celler de Can Roca, Mugaritz, Arzak o Las

Rejas, y con solo 20 años vivió la difícil experiencia de dirigir su propio establecimiento en una ciudad tan exigente con la hostelería como es San Sebastián. Pero es en Via Veneto, el mítico restaurante barcelonés de José y Pedro Monje abierto en los años setenta del pasado siglo, donde ha encontrado su sitio. Sergio recibió la difícil tarea de mantener el nivel de su antecesor Carles Tejedor en una institución que conserva la estrella Michelin desde hace ya tres décadas, y superó el reto con creces gracias a una brillante imaginación que puede plasmar en el plato por medio de su técnica impecable y una sólida base clásica.

Crema fría de erizos al cava, apio y manzana

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la crema de erizos al cava

60 g de blanco de puerro

150 g de coliflor

200 g de *boletus edulis*

50 g de bulbo de hinojo

50 g de aceite de oliva virgen extra arbequina

90 g de manzana granny smith

120 g de agua

360 g de yemas de erizos frescos

25 g de pasta de tomate concentrado

200 g de cava monastrell 50% y xarel·lo 50%

Rehogar todas las verduras cortadas finamente a fuego suave sin que tomen color y luego añadir el agua y cocer hasta que se haya evaporado toda el agua y las verduras estén cocidas.

Entonces, incorporar el tomate concentrado y el cava y cocer durante 3 o 4 minutos más.

Triturar las verduras en un robot junto con los erizos frescos y rectificar de sal y pimienta. Colar y reservar en frío.

Para el suero de yogur

4 yogures naturales

Congelar los yogures naturales y luego descongelarlos sobre un cedazo y reservar el suero extraído.

Para las manzanas al cava y yogur

1 manzana granny smith

30 g de suero de yogur

60 g de cava monastrell 50% y xarel·lo 50%

0,2 g de oro en polvo

Mezclar el cava con el suero de yogur y el oro en polvo, realizar bolas pequeñas de manzana con ayuda de un sacabolos pequeño e ir introduciéndolas en la mezcla.

Colocar las bolas bañadas por el cava dentro de la máquina de vacío y realizar seis ciclos de vacío al 100%. Conservar las bolas en el cava.

Para la nube de cava

25 g de suero de yogur

75 g de cava monastrell 50% y xarel·lo 50%

1,5 hojas de gelatina

0,5 g de sal

Hidratar las hojas de gelatina en agua y escurrir muy bien, y luego calentar el suero de yogur con la sal y fundir la gelatina en él. Añadir la mezcla al cava y dejar cuajar. Luego, con ayuda de una máquina montadora, montar la gelatina como si de un merengue se tratara. Realizar montoncitos de 8 g y conservar en frío.

Para el zumo de apio

500 g de apio

Licuar las pencas internas del apio desechando las más verdes y feas.

Para el sorbete de apio

100 g de zumo de apio

Ralladura de ½ limón

6 g de sal de apio

8 g de aceite de oliva virgen extra arbequina

8 g de glucosa en polvo

4 g de anticristalizante para sorbetes

Triturar los ingredientes en frío y dejar madurar 8 horas en la nevera. Luego pasar por la sorbetera.

Otros

Erizo fresco

Manzana granny smith liofilizada

Manzana mini en almíbar

Apio fresco

4 erizos frescos

Hojas de ombligo, mostaza, salty finger y hojas de apio

Flores de begonia y borraja

Abrir los erizos y, con ayuda de una pequeña espátula, retirar las yemas y luego limpiarlas de posibles restos.

Liofilizar láminas de manzana granny smith y cortar láminas finas de apio y de manzana mini en almíbar. Por último, seleccionar hojas y

flores.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un plato hondo o bol con fondo, colocar 85 g de crema fría de erizos al cava e ir disponiendo sobre ella las yemas de un erizo, 4 nubes de cava, 6 bolitas de manzana al cava, 1 quenelle pequeña de sorbete, las láminas de apio y manzana.

Acabar con las hojas y flores, que aportan belleza y armonía al plato.



Gamba roja aliñada y en tartar con calabazas, lima y zanahorias encurtidas

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para el agua de zanahoria

60 g de zumo de zanahoria

1,5 g de xantana

0,1 g de sal

Licuar las zanahorias peladas y luego triturar en robot 60 g del zumo de zanahoria, 1,5 g de xantana y 0,1 g de sal. Colar y reservar.

Para el agua verde de zanahoria

50 g de hoja de zanahoria

100 g de agua

0,3 g de xantana

0,6 g de sal

Lavar en abundante agua helada las hojas de zanahoria previamente seleccionadas, escaldarlas durante 1 minuto en agua hirviendo sin sal y luego refrescarlas en agua helada. Escurrir perfectamente las hojas apretándolas a conciencia y a continuación triturarlas con el agua mineral, la sal y la xantana. Colar y reservar.

Para la mayonesa de lima

30 g de piel de lima

30 g de azúcar

10 g de agua

10 g de mantequilla

0,5 g de xantana

Mayonesa de aceite de oliva

Escaldar las pieles de lima sin partes blancas tres veces y después triturar todos los ingredientes, excepto la mayonesa, colar y reservar. Mezclar la mayonesa con el puré de lima al 25%.

Para el encurtido

50 g de azúcar

25 g de vinagre de manzana

25 g de vinagre de Jerez

50 g de agua

Minizanáhorias moradas

Minizanáhorias

Calabaza

Diluir mediante ligero hervor los vinagres con el azúcar y el agua y luego laminar la parte maciza de las calabazas en discos de 1 mm de grosor. Cortar la mitad de estos discos con el cortapastas de 4 cm y la otra mitad con el de 6 cm y después escaldarlos en el encurtido durante 2 segundos. Sacar y reservar entre papeles sulfurizados. A continuación pelar las minizanáhorias y rebajarlas con el pelador por dos de sus caras hasta que quede una especie de cono plano de 4

cm. Por último, cocerlas en el encurtido durante 2 minutos y reservarlas dentro del mismo.

Para el puré de calabaza

500 g de calabaza

50 g de aceite de oliva suave

15 g de zumo de lima

Cortar la calabaza en cubos de 3 x 3 cm y seguidamente cocerlos en horno a 170 °C sobre papel sulfurizado con 10 g de aceite en una bandeja donde la calabaza esté bastante junta y no dispersa. La cocción será de 1 hora con la calabaza tapada y otra media hora sin tapar. Y, una vez cocida, triturar estos dados de calabaza en robot con el resto del aceite y el zumo de lima, poner a punto de sal, colar y reservar.

Para la tierra helada

Puré de calabaza

Congelar el puré de calabaza en vasos de Pacojet a -20 °C y luego turbinar las raciones de una en una.

Para el aceite de gambas

40 g de aceite de oliva suave

75 g de cabezas de gambas

Calentar a 150 °C el aceite en un cazo pequeño. En ese punto añadir las cabezas de las gambas. Mantener infusionando a fuego suave mientras se machacan las cabezas. Colar y reservar.

Para las gambas

Gambas rojas pequeñas
Aceite de oliva suave

Envasar al 90% con muy poco aceite por raciones de 60 g (6-7 piezas).

Para el aliño de tartar

1 g de eneldo
7 g de chalota
1,5 g de pimienta blanca en polvo
4 g de mostaza en grano
1,5 g de vinagre de Jerez
1 g de sal
12 g de aceite de oliva virgen extra arbequina

Picar muy finamente cada uno de los ingredientes y mezclar antes de emplatar para que mantenga su frescura.

Otros

Hinojo marino
Sal en escamas

Seleccionar hojas de hinojo marino.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Turbinar de una en una las raciones del puré de calabaza congelado en Pacojet para evitar que se apelmace la mezcla y luego picar 30 g de gamba por ración para realizar el tartar y mezclar con 5 g del aliño de tartar. Mantener las otras 3 gambas con el aceite en la roner a 58 °C durante 1 minuto.

A continuación, para comenzar la presentación, salpicar 3 cucharadas de agua de zanahoria en cada plato plano y, sobre esta, salpicar 2 cucharadas del agua verde de zanahoria. Aleatoriamente, distribuir 3 puntos gordos del puré de calabaza con un biberón, así como 5 puntos finos de mayonesa de lima y colocar 4 puntas (2 de cada) de zanahoria encurtida de un modo armonioso. Realizar una quenelle con $\frac{3}{4}$ partes del tartar y colocarla en la parte superior del plato. Con el resto del tartar, hacer un pequeño ravioli abierto con la calabaza a 4 cm y poner este ravioli en la parte inferior derecha de cada plato. Ahora distribuir las gambas tibias por el plato, reservando la más grande para realizar un segundo ravioli con la calabaza de 6 cm. Para ello hay que poner bastante puré de calabaza en su interior y, sobre este, la gamba. Una vez terminado, se coloca en la parte superior izquierda del plato. Rematar el conjunto con el aceite de gambas tostadas sobre las gambas y la tierra de calabaza cayendo desde la quenelle de tartar.



PEDRO LARUMBE

EL 38 DE LARUMBE Madrid



2 soles Repsol

Pedro Larumbe es toda una figura en el panorama gastronómico español. Restaurador y cocinero —dos conceptos que no siempre van de la mano—, ha sabido reinventarse a sí mismo desde sus inicios en su Navarra natal y ha marcado las carreras de muchos colegas de profesión, en parte gracias a su escuela de hostelería. Su último

proyecto es El 38 de Larumbe, un local en pleno paseo de la Castellana en donde sigue desarrollando su particular cocina: de cimientos clásicos, pero paredes y ornamentos modernos y contemporáneos. Su dilatadísima experiencia le ha otorgado un dominio absoluto de la técnica y un quinto sentido para lograr combinaciones de éxito. Su inteligente faceta de empresario permite que cualquiera pueda disfrutar de su creatividad, bien sea en un menú largo y reposado o en una degustación informal de tapas y bocados cortos, pero intensos.

Milhojas de *foie gras* y mango con Pedro Ximénez

Armonizar con

CAVA DULCE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

200 g de terrina de foie gras

1 mango maduro

2 copas de Pedro Ximénez

2 hojas de gelatina

Para la gelatina

Diluir parte del Pedro Ximénez en la gelatina ya hidratada y dejar cocer unos minutos. Retirar del fuego, añadir el resto del Pedro Ximénez y mezclar bien. Extender sobre una superficie plana y dejar enfriar.

Para el milhojas

Con la ayuda de un cortafiambres, laminar el foie y el mango en lonchas de 2 cm de grosor. Colocarlos en un molde intercalando capas de foie y mango hasta conseguir el aspecto de un milhojas, disponiendo 4 capas de foie y 5 de mango. Prensar el milhojas y dejar enfriar. Más tarde, desmoldar el milhojas y cortar en rectángulos de 3 x 11 x 1,5 cm y caramelizar la superficie con la ayuda de un soplete y azúcar. A continuación desmoldar también la gelatina y cortarla en cubos de 0,5 cm.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Acompañar el milhojas con una ensalada variada y los dados de gelatina.

Se puede acompañar también con finas láminas de pan tostado, y en vez de mango, se puede usar también papaya.



ÁNGEL LEÓN

APONIENTE Puerto de Santa María, Cádiz



3 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Si lo apartaran del agua, probablemente moriría. Como uno de esos peces a los que da una segunda vida en la cocina, Ángel León necesita el mar para vivir. Su historia parece la de un naufrago a quien las circunstancias hubieran obligado a encontrar todas las posibilidades culinarias del pescado, pero en su caso no fue la

necesidad, sino la inquietud, el talento y una relación única con las marismas de su bahía de Cádiz los que lo llevaron a idear productos hasta entonces inimaginables. Plancton, embutidos marinos o queso salino son algunas de las creaciones de este genio, bautizado como «chef del mar», aunque su humildad hace que prefiera ser llamado simplemente cocinero. Defensor a ultranza de su equipo-tripulación, cualquier pieza o corte son buenos para despertarle una idea. No en vano, fue pionero en utilizar los llamados «pescados de descarte» como materia prima de la alta cocina. En 2016 se completó el «desembarco» de su restaurante Aponiente en un antiguo molino de mareas, donde seguro continuará sorprendiéndonos mientras la sangre (y el salitre) sigan corriendo por sus venas.

Aguachiles

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 20 personas)

Para los aguachiles

400 g de maíz Lyo de Bonduelle

30 g de cigalas o gambas

1,5 g de ají peruano Guzmán

3 g de cilantro

8 g de ajo

25 g de cebolla morada

120 g de zumo de limón

250 g de cubitos de hielo

2 g de apio

3 g de jengibre

15 granos de pimienta negra

1 g de xantana

300 g de caldo de mejillón

Sal

Poner todos los ingredientes en la Thermomix y triturar a máxima velocidad durante 4 minutos y luego reservar.

Para la gelatina de jalapeños

100 g de agua
25 g de vinagre de manzana
1 jalapeño rallado
3 g de jalapeños encurtidos
1 g de agar
½ hoja de gelatina
Sal

Infundir el agua y el vinagre con los jalapeños, colar y poner el agar. A continuación llevar a hervor, bajar un poco la temperatura y añadir la cola de pez. Después poner en un recipiente y esperar a que se gelifique. Por último, cortar en cubos de 0,5 cm.

Para la gelatina de raifort

125 g de leche
50 g de nata
50 g de raifort
Sal
1 g de agar
½ cola de pez

Infundir la leche y la nata con el raifort, colar y poner el agar. A continuación llevar a hervor, bajar un poco la temperatura y añadir la cola de pez. Después poner en un recipiente y esperar a que gelifique. Por último, cortar en cubos de 0,5 cm.

Para el pepino

1 pepino
100 g de agua
100 g de mirin

90 g de azúcar

10 g de sal

Pelar el pepino, quitar el centro y meterlo en una bolsa de vacío junto al resto de los ingredientes.

Dar vacío tres veces para osmotizar y luego cortar en dados de 1 cm.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un bol, disponer 5 gelatinas de raifort, 3 de jalapeños y 5 dados de pepino. Poner 3 brotes de cilantro y una jarra con los aguachiles para servir, junto con 1 cucharada sopera de maíz Lyo.





ISAAC LOYA

REAL BALNEARIO DE SALINAS Castrillón, Asturias



1 estrella Michelin, 2 soles Repsol

Producto, talento y herencia. Son las tres patas sobre las que se asienta Isaac Loya en su cocina del idílico Real Balneario de Salinas. El pescado y en especial el marisco que trabaja son siempre de una calidad y un calibre excepcionales, y su labor se centra en mimarlo, respetando escrupulosamente los tiempos de cocción, sin renunciar por ello a jugar con las texturas o a aportar matices que le ayuden a ensalzarlo y distinguirlo de otras cocinas menos personales e impactantes. En la historia de Isaac, la influencia familiar resulta insoslayable. Tercera generación de cocineros, ha heredado el saber hacer y el amor al oficio de su abuelo, que comenzó a trabajar en la década de 1950 en la sidrería Casa Mingo de Madrid y que acabó regentando el restaurante Quirós en Avilés, considerado durante años uno de los mejores del Principado. Y, por supuesto, en su cocina se

detecta la impronta de su padre, que hasta su fallecimiento en 2014 fue toda una referencia en la hostelería asturiana, merecedor de numerosas distinciones, incluyendo una estrella Michelin. Isaac continúa la tradición, pero imprimiéndole su propio sello y mejorando día a día.

Bogavante del Cantábrico en ensalada

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

- 1 kg de bogavante del Cantábrico
- 400 g de hojas de lechuga
- 100 ml de cava
- 1 yema de huevo
- 1 huevo entero
- 1,5 l de aceite de oliva
- 1 cucharadita de mostaza
- 1 zumo de limón
- 8 tomates
- 4 tomates cherry
- 8 berberechos
- 2 rábanos verdes
- 2 láminas de rábanos read meat
- 8 g de sal para la esencia de tomate
- 1 c. s. de Micro mezclum
- 8 g de azúcar

En un bol, mezclar la yema de huevo y el huevo entero con sal y unas gotas del zumo de limón batiendo con varillas y añadiendo poco a poco, a chorro fino, el aceite de oliva para ir ligando la salsa y que así

emulsionen todos los ingredientes. Para aligerar la mezcla y que sea menos compacta, incorporar el cava y seguir batiendo con las varillas con el fin de homogeneizar el aliño. Como último paso, añadir la mostaza.

En un recipiente, hervir tanta agua como sea necesaria para cubrir el marisco, y agregar aproximadamente 60 g de sal por litro. Cocer el bogavante de 1 kg durante 12 minutos y luego refrescar la pieza en un barreño con agua, hielo y sal, para cortar la cocción.

Extraer la carne del interior del bogavante separando las patas y la cabeza y retirar el caparazón tirando de la cola. Una vez limpio el cuerpo, cortarlo en rodajas finas. Picar la carne de las pinzas y la cabeza y reservar.

A continuación cocer al vapor los berberechos en un cazo con un dedo de agua.

Para el agua de tomate, cortar los tomates en media luna y mezclarlos con 8 g de sal y 8 g de azúcar para ayudar a que se separe el jugo de la pulpa y por decantación colamos para obtener el agua.

Finalmente cortar y lavar las hojas de lechuga.

Con la lechuga como base, añadir el aliño de la salsa de cava y el bogavante anteriormente troceado y poner a punto de sal y aceite. Seguidamente escaldar el rábano verde y el rábano read meat. Cortar el primero en finas láminas y aliñarlo con vinagre y aceite, y el segundo en cuadrados pequeños y finos.

Por último, escaldar los tomates cherry y refrescarlos.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar en el centro del plato un molde cilíndrico y disponer en él la mezcla de lechuga con su aliño. Después poner encima estiradas 4

rodajas del cuerpo del bogavante y distribuir a su alrededor berberechos, tomates y rábanos verdes alternándolos armónicamente. Colocar sobre el plato lechuga, espolvorear el rábano read meat y decorar con hojas de micro mezclum.

Incorporar el agua de tomate al servir el plato, regando la ensalada con unas gotas para su acabado final.



Virrey del Cantábrico confitado sobre su marmita

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

4 raciones de virrey de 200 g/unidad

1 c. s. de sal

1 c. s. de aceite de oliva

4 *pak choy*

4 rábanos verdes

4 zanahoria baby

4 minicebolletas

1 c. s. de salvia piña

Introducir el pescado una vez salado en una bandeja de horno con aceite y confitar en el horno a 100 °C durante 6 minutos. Finalizar la cocción a 160 °C durante 3 minutos.

Escaldar la pak choy y, en caliente, enrollarla sobre sí misma para cortarla en rulos.

A la vez, escaldar también los rábanos verdes, la zanahoria y las cebolletas que se servirán con un corte al medio.

Para la bullabesa cítrica

1 pimiento rojo

1 cebolleta

1 zanahoria
1 puerro
½ limón
1 apio
1 hinojo
3 tomates
Espinas de pescados
Brandy
Romero
150 g de mantequilla

Cortar las verduras, no hace falta que sea en trozos muy pequeños, y pocharlas en una olla con mantequilla. A continuación flambeirlas con un chorrito de brandy y luego añadir el tomate cortado en cuartos y las espinas, y dejar sudar todo unos 10 minutos. Después, agregar unos 2 l de agua y dejar reducir el caldo 30 minutos. Pasado este tiempo, colarlo y poner a punto de sal.

Por otro lado, cortar 4 raciones de virrey, descamarlas y retirar las espinas.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Verter la bullabesa sobre la base del plato de manera que quede cubierto y sobre ella colocar el virrey confitado.

A modo de guarnición y a la izquierda del pescado distribuir las verduras de forma alternativa para darle vistosidad al plato.

Para terminar, decorar el plato con algún germinado; en este caso, se ha optado por salvia piña.



NACHO MANZANO

CASA MARCIAL Arriondas, Parres, Asturias



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Nacho Manzano es la demostración de que las materias primas más humildes y las recetas más tradicionales son la mejor base para una cocina vanguardista y sorprendente. *El pitu de caleya* (pollo de corral), *les llámpares* (lapas), los *tortos* de maíz y, por supuesto, la fabada son platos «de andar por casa» en Asturias que, en las mesas de Casa Marcial, han alcanzado cotas de excelencia. Los sabores de la memoria se aúnan con una técnica impecable e ingredientes poco convencionales en la cocina de este asturiano, que comenzó con apenas 15 años a faenar entre fogones. Esa precocidad, mezclada con la ilusión y una capacidad de trabajo envidiable, hicieron pronto

realidad su sueño de convertir la casa de comidas familiar de una pequeña aldea en un restaurante presente en todas las guías gastronómicas. Pero Nacho Manzano también ha abierto un fantástico local en Gijón, La Salgar, con su hermana Esther y, en la actualidad, es uno de los chefs españoles con más proyección en Europa gracias a sus ocho restaurantes de tapas ubicados en Mánchester, Londres, Leeds y Glasgow.

Oricios en una holandesa acidulada y aromáticas sobre yogur

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los oricios

12 oricios

Abrir los oricios con una tijera por la parte superior en redondo y sacar con una cucharita las huevas con cuidado de que no se rompan. Colar el agua de los oricios y reservarla para limpiarlos de posibles restos si fuera necesario. (Al limpiarlos con su propia agua no se les quita sabor.) Lavar los caparzones para que no quede ningún resto y dejarlos boca abajo durante una hora para que se sequen bien. Transcurrido ese tiempo rellenar con 25 g de huevas.

Para el aliño

70 g de soja ligera

15 g de zumo de lima

5 g de aceite de sésamo

15 g de aceite de oliva arbequina

20 g de chalota picada muy finamente

Mezclar todos los ingredientes agitando bien para que emulsione.

Para la holandesa

40 g de yemas de huevo
20 g de vinagre balsámico de cava
3 g de sal
400 g de mantequilla

Poner la mantequilla en un cazo, calentarla hasta que alcance los 50 °C y quitar el suero. En un bol batir bien el resto de los ingredientes e ir incorporando poco a poco la mantequilla con movimientos envolventes. Trabajar a una temperatura de 40 °C.

Para los aromáticos

50 g de yogur griego
25 g de agua de oricios
15 g de aceite de oliva arbequina
1 ramillete de perifollo fresco
Puntas de cebollino
½ bulbo de hinojo pequeño
1 tallo de apio y hojas
¼ de manzana granny smith
2 g de sal

Limpiar los aromáticos con cuidado. Pelar los tallos de apio y partir en fina juliana. Realizar el mismo proceso para la manzana y el hinojo. Conservar entre papel de cocina humedecido. Mezclar el yogur con el agua de los oricios, 1 cucharada sopera de aceite de arbequina y sal.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar los oricios rellenos de huevas en un plato. Poner unas gotitas del aliño, 4 g de salsa holandesa, 2 g de yogur, los aromáticos y la

manzana.



Pitu de caleya al estilo de mi madre con ravioli de sus menudillos

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 6 personas)

Para el pitu

- 1 pitu de caleya de 3,5-4,5 kg
- 6 cebollas asturianas medianas
- 1 cabeza de ajos
- 1 pimiento verde
- 1 botella de vino blanco seco de Jerez
- ½ botella de aceite de oliva de 0,4
- Sal
- 2 copitas de brandy

Partir el pitu, separando los muslos, los contramuslos y pechugas, y dejarlo adobando con ajos partidos en cuadraditos durante 6 horas.

Pasado ese tiempo, calentar el aceite, retirar los ajos y dorar el pitu. Incorporarlo luego a una tartera con la cebolla y el pimiento ya partidos en cuadrados, añadir el aceite de fritura y dejar que todo poche bien a fuego suave hasta que adquiriera un bonito color dorado, momento en el que se agrega la botella de vino. Dejar cocer unas 3 horas vigilando que no se pegue. A falta de 1 hora y media para

cumplirse las 3 horas, añadir las copas de brandy. Retirar la carne de la salsa y pasar la salsa por un pasapuré primero y luego por un colador fino. Quitar el aceite que sobre.

Para el ravioli

4 hojas de pasta fresca de ravioli

La molleja, el corazón y el hígado del pitu

Pimienta negra

Tomillo

1 copa de vino Pedro Ximénez

Picar todos los menudillos, bien limpios, salar y especiar. Rehogarlo todo a fuego fuerte 2 minutos, agregar el vino y luego rellenar la pasta ya cocida. También se puede poner un poquito de compota de manzana con canela.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Disponer en el centro de un plato de 32 cm el pollo, salsear y, a un lado, poner el ravioli con sus menudillos.



VÍCTOR MARTÍN

TRIGO Valladolid



1 estrella Michelin, 2 soles Repsol

Víctor Martín ejecuta una cocina moderna y al tiempo honesta y apegada a la tierra en la que vive. Discípulo de Santi Santamaría, con quien trabajó en el Racó de Can Fabes y en Santceloni, y con las experiencias adquiridas en otros grandes establecimientos como Abac, en 2007 decide poner en marcha su propio restaurante. Aunque Trigo, en realidad, es un proyecto «al alimón». En la cocina es él quien lleva las riendas y se toma su tiempo para elaborar platos que requieren mimo y paciencia, pero la sala la dirige su mujer Noemí, con rapidez, profesionalidad y cercanía. La cuchara es un cubierto importante en las propuestas al comensal, como lo son la caza, las verduras o los cangrejos de río, en función de la época del año, porque, como antaño, en Trigo importa la estacionalidad. El

trabajo de ambos les ha valido varios reconocimientos, entre otros que su restaurante fuera distinguido como el mejor de Castilla y León en 2013.

Pichón con trigo

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT NATURE O CAVA DE PARAJE CALIFICADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 2 personas)

Para el pichón y el trigo salteado

Pichón de 600 g aproximadamente

25 g de papada ahumada sin piel y cortada en brunoise

80 g de trigo ebly

10 ml de fondo de pichón

Cebolla

Aceite de oliva

Sal

Limpiar y deshuesar el pichón y a continuación cocer el trigo y luego enfriarlo para que no se pase. Saltear la papada cortada en brunoise, añadir cebolla pochada y el trigo y mojar con fondo de pichón. Dejar reducir hasta que esté untuoso.

Para el paté de pichón

350 g de hígado de pichón

½ cebolla

½ tomate

25 g de papada de cerdo cocida

25 g de hígado de pato

125 g de nata
Sal
Pimienta
10 cl de brandy

Saltear el hígado, añadir la cebolla y el tomate cortados en brunoise y dejar que pochen. Incorporar el brandy y mantener en el fuego para que reduzca. A continuación añadir la papada, el hígado de pato y la nata y luego triturar en el Robot-Coupe, salpimentar y envasar en frío al vacío. Cocer a 80 °C durante 12 minutos.

Para el fondo de pichón

5 carcasas de pichón, alones y cuellos incluidos
2 l de agua
1 cebolla
1 puerro
1 tomate
30 cl de vino blanco

Saltear las carcasas y los alones, retirar y rehogar la verdura. Añadir entonces el vino y dejar evaporar y luego volver a incorporar las carcasas. Cubrir con 2 l de agua y dejar cocer durante 1,5 horas aproximadamente. Colar y reducir al gusto.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar un lecho de trigo salteado y poner sobre él el pichón con su paté. Terminar el plato con un poco de su salsa.



Shot de cava

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 40 personas)

400 g de cava extra brut

30 g de Instagel

40 g almíbar (proporción 40 agua, 20 azúcar)

Frutos rojos

Mezclar el Instagel con el cava y el almíbar, remover con una varilla y dejar que actúe. Una vez gelatinizado el conjunto, introducir en la batidora y turbinar hasta conseguir una textura de merengue. Introducir entonces en cilindros de acetato con ayuda de una manga pastelera y congelar.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Servir al momento de sacarlo del congelador, colocando el cilindro de shot de cava en el centro del plato acompañado de frutos rojos.



KIKO MOYA

L'ESCALETA Cocentaina, Alicante



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

L'Escaleta es, en esencia, el proyecto vital de una familia. Los treinta y cinco años que han pasado desde que el sueño de dos jóvenes parejas empezó en un semisótano de la localidad alicantina de Cocentaina han cambiado las formas y el fondo, aunque no han mermado ni un ápice el empeño de la casa por ofrecer una carta

honesto y ligado a la comarca. El restaurante se encuentra ahora en una gran casa de campo a las afueras del municipio y la cocina ha adquirido una nueva y brillante personalidad de la mano de Kiko Moya, el hijo mediano de uno de los matrimonios fundadores. En un panorama gastronómico en el que abunda el artificio, la sencillez es la bandera de este joven cocinero. Aun cuando no sea ese el propósito, Kiko sorprende con sabores rescatados de su niñez en elaboraciones limpias y refinadas. Dan fe de su talento platos como el turrón salado, la yema en salazón con gárum y huevas o sus incomparables arroces al cuadrado. Su primo Alberto Redrado se ocupa de la bodega, que es una de las mejores de la Comunidad Valenciana.

En el espíritu de un brioche, levaduras,
mantequilla y pieles cítricas

Armonizar con

CAVA DULCE O SEMISECO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para el brioche (5 g/ración)

200 g de mantequilla

500 g de harina

50 g de azúcar

7 huevos

14 g de levadura

2 cucharas de postre de sal

Mezclar la levadura, la harina y la sal y añadir 4 huevos. Batir hasta que se incorporen y agregar los 3 huevos restantes cuando la masa no se pegue a las paredes. Ir incorporando la mantequilla cortada en tacos y de nuevo amasar hasta que deje de pegarse. Dejar fermentar 2 horas, colocar en moldes y esperar hasta que suba la masa. Cocer en el horno a 180 °C durante unos 35 minutos. Una vez cocinado el brioche, cortarlo en tacos y caramelizarlo con un poco de mantequilla y la mitad de su peso en azúcar.

Para el tocinillo de cielo (10 g/ración)

85 g de azúcar
30 g de agua
5 gotas de zumo de limón
50 g de yema

Hacer primero el jarabe con el azúcar, el agua y las gotas de limón hasta alcanzar los 103 °C (hebra floja). Añadir por último la vainilla y, cuando el jarabe está ya frío, las yemas. Colocar en los moldes y cocer al vapor a 95 °C durante 25 minutos.

Para la crema de limón (15 g/ración)

15 g de zumo de limón
20 g de azúcar
30 g de huevo
25 g de mantequilla

Batir el huevo con el azúcar e incorporar el zumo de limón y cocer hasta que la mezcla adquiera los 85 °C. Añadir la mantequilla tras sacarlo del fuego y batir bien la mezcla hasta que quede homogénea.

Para la crema helada de levaduras (35 g/ración)

60 g de leche
16 g de nata
4 g de leche en polvo desnatada
2 g de dextrosa
2 g de azúcar invertido
14 g de sacarosa
0,6 g de neutro
8,5 g de levadura

Juntar sólidos con sólidos y líquidos con líquidos, mezclar e incorporar las levaduras. Cocer la mezcla hasta que alcance los 85 °C y dejar madurar en cámara al menos 8 horas. A continuación, mantecar.

Para la maltodextrina (8 g/ración)

60 g de levaduras

250 g de mantequilla

1/8 parte de vainilla en rama

Peladura de una naranja

20 g de maltodextrina

15 g de mantequilla infusionada y desuerada

Mezclar la mantequilla con las aromáticas y pasteurizar en una bolsa de vacío. Luego hay que desuerarla, desliarla e ir incorporándola en la malto cuando ya esté clarificada.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Disponer los ingredientes de forma que su presentación represente el inicio de la elaboración del brioche. Jugar con la idea de hacer un brioche con todos sus ingredientes: harina, huevos, mantequilla, levaduras, cítricos y vainilla.



Emulsión de yema y azafrán al cava, erizos y pieles cítricas

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los erizos

4 erizos de mar

1 dragonfly (cítrico)

Flores de pericón

Brotos de hinojo

Limpiar los erizos, sacándoles las yemas con cuidado e introduciéndolas en una salmuera con agua y hielo con una disolución de 30 g/l de sal. Reservar. Se sirven templados.

Para la holandesa de azafrán al cava

250 g de mantequilla

1,5 g de azafrán

50 g de cava

5 yemas de huevo

Poner todos los ingredientes, excepto las yemas, y el cava en una bolsa de vacío. Mezclar la mantequilla y dejar infusionar los ingredientes en la mantequilla caliente al menos 24 horas en un lugar

templado. Desuerar la mantequilla, pasarla a un bol e introducir las yemas. A continuación, incorporar la grasa e ir removiendo manteniendo la mezcla a baño maría. Sin parar de remover, agregar toda la emulsión hasta que coja cuerpo, nunca a más de 60 °C. Añadir por último el cava. Dar punto de sal e incorporar a un sifón. En el momento del servicio debe estar atemperado.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Disponer los elementos aromáticos como la flor de pericón, una planta que proviene de México característica por su aroma cítrico y anisado. El dragonfly es un cítrico proveniente de Asia (Poncirus trifoliata) que se caracteriza por su aroma resinoso y fresco.

Colocar en la base del plato la emulsión de azafrán y disponer por encima los erizos, unas gotas del zumo del dragonfly y un raspado de su piel. Por último, distribuir las flores de pericón y el hinojo.



FRANCIS PANIEGO

EL PORTAL DE ECHAUREN Ezcaray, La Rioja



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Si el deseo de unos padres es siempre que sus hijos superen sus capacidades y virtudes, se puede decir, con toda contundencia, que Francis Paniego es un magnífico sucesor de la saga iniciada por su madre, la premio nacional de gastronomía 1987, Marisa Sánchez. Criado entre los pucheros del restaurante familiar, desde niño tuvo claro que quería dedicarse a la cocina. Se formó en la Escuela Superior de Hostelería de Madrid y más tarde se perfeccionó en algunos de los mejores restaurantes de España y Francia, incluyendo elBulli, Zalacaín, Akelarre y Arzak. Tras su vuelta a casa, se fue haciendo con los mandos de la cocina hasta codirigirla con solo 22 años, y poco después dio el paso de «independizarse» (en el local contiguo) y poner en marcha El Portal de Echaurren, que merecería la primera estrella Michelin de su comunidad y abriría el camino a otros

comedores, como Tondeluna, en Logroño. Francis se atreve y triunfa con todo: casquería, pescados, carnes y verduras, y posee una técnica impecable que le permite elaborar tanto los platos más transgresores como los más tradicionales..., aunque las croquetas siguen siendo cosa de su madre.

Costilla de cerdo al cava, con níscalos, praliné de frutos secos

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 10 personas)

Para las costillas al vacío

- 2 kg de costillas de cerdo frescas
- 1 hoja de laurel fresco
- 4 unidades de clavo
- 1 g de pimienta negra en grano
- 1 l de fondo de carne
- 1 l de cava
- 500 ml de salsa de soja (Kikoman)
- 100 g de jengibre entero para rallar
- 50 ml de aceite de sésamo
- 1 g de sal fina
- 5 g de cilantro
- 1 apio (rama)
- 1 citronela o *lemon grass*

Meter las costillas en bolsas de vacío con todos los ingredientes indicados y envasarlas al vacío. Cocerlas durante 6 horas a 80 °C en el horno en posición vapor y luego, una vez pasado este tiempo,

sacarlas de la bolsa y separar los jugos resultantes, con los que se preparará la salsa del plato por separado más tarde.

Deshuesar bien las costillas, cortar en trozos de un tamaño de 200 g más o menos y marcar estas porciones en la parrilla de carbón, para que se doren y adquieran un ligero sabor ahumado. A continuación, dejarlas enfriar y trocearlas más pequeñas, en porciones de unos 50 g, para envasarlas en bolsas de vacío individuales, con una parte de la salsa, que ya se habrá preparado anteriormente.

Para los níscalos

500 g de níscalos

75 ml de aceite de girasol

3 dientes de ajo

25 ml de salsa de soja (Kikoman)

Limpiar bien los níscalos con la ayuda de un paño húmedo y una brocha, y luego cortar los tallos y picarlos muy finamente, ya que estos llevan otro tipo de cocción. Los sombreros de los níscalos se dejan enteros o se cortan en 2 o 3 trozos, dependiendo de su tamaño.

En una cazuela poner el aceite de girasol y añadir, para pochar a fuego suave, los tallos, ya que estos requieren de más tiempo de cocción al ser más duros. Cuando estén tiernos y un poco caramelizados, añadir a los pocos minutos el ajo picado e incorporar los sombreros de los níscalos. Sazonar, para forzar que, al ser cocinadas, suelten antes la propia agua de la seta.

Rehogar bien, y cuando estén prácticamente hechos, agregar la salsa de soja, dar una vuelta y dejar cocer todo 2 minutos. Luego retirar del fuego y reservar.

Para el praliné de frutos secos

50 g de mantequilla Arias
200 g de castaña
100 g de nueces frescas
50 g de piñón repelado
40 g de azúcar
150 ml de nata
150 ml de caldo de gallina y pollo
1 g de sal fina
Pimienta negra molida
50 ml de salsa de soja (Kikoman)

Poner la mantequilla al fuego suave y añadir las nueces picadas y los piñones enteros para dorarlos levemente. A continuación, incorporar las castañas y el azúcar, y rehogarlo todo, hasta que caramelize un poco. Mojar con la nata y el caldo y dejar reducir. Por último, triturar bien, pasar por el chino fino y sazonar con un poco de salsa de soja y pimienta.

Para el aire de estragón

50 g de mantequilla Arias
5 chalotas
100 g de almendra marcona
25 ml de brandy (Soberano)
25 ml de vino blanco (cosechero Ibisate)
500 ml de fondo de carne
25 ml de nata
5 g de lecitina de soja

Poner a pochar las chalotas con la mantequilla, y cuando estén bien pochadas, añadir las almendras y el estragón picado y rehogar. Agregar ahora el brandy y el vino blanco y dejar que reduzca. Luego mojar con el fondo de carne y, para terminar, añadir la nata, colar y rectificar de sal. Finalmente, agregar la lecitina de soja y batir bien con la túrmix para obtener el aire de estragón.

Otros

50 g de mantequilla Arias
500 g de calabacín
0,5 g de pimienta negra molida
0,1 g de sal fina
40 g de berros
50 ml de vinagreta para ensaladas
1 guindilla seca roja

Lavar bien los calabacines, pelarlos muy levemente, como acariciándolos, para que queden con una tonalidad muy verdosa, y cortarlos en bastones –es decir, solo interesa la parte exterior, que se corta en porciones idénticas de 3 cm x 1 cm–. Poner en una sartén la mantequilla, y cuando esté caliente, dorar en ella los calabacines por el lado de la piel y salpimentar. Reservar y guardar aparte.

Poner los berros en agua fría hasta su utilización y, llegado el momento, aliñarlos con la vinagreta.

Limpiar la guindilla seca y picarla en una juliana finísima a modo de pequeños pelillos. Confitarlos en aceite caliente durante unos minutos, escurrirlos y reservarlos dejándolos sobre un papel secante.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar a lo largo de un plato rectangular un brochazo de praliné y poner a los lados la costilla lacada en su propio jugo y troceada en cuatro bocados. A continuación, intercalar unos níscalos en los huecos y, también, de manera aleatoria, trozos del calabacín tostado y los berros aliñados. Añadir el aire de estragón como una vinagreta en suspensión que homogenice y aporte frescor a todo el plato. Y, por último, esparcir por encima los pelillos de guindilla seca.



Espárragos blancos con una textura de almendra tierna con perretxicos

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES y Elaboración

(para 6 personas)

Para los espárragos

2,150 kg de espárragos blancos frescos de temporada

1 g de sal fina

500 ml de aceite de oliva virgen extra

1 g de café en grano (Seis Orígenes)

Pelar los espárragos con cuidado para que no se rompan, envasarlos en una bolsa de vacío, cubiertos con el aceite de oliva, la sal indicada y los granos de café, y cocer durante 6 horas a 65° C.

Una vez transcurrido ese tiempo, enfriar rápidamente y reservar hasta su utilización.

Para la mayonesa de perretxicos

2 huevos frescos

10 ml de vinagre de vino blanco

1 g de sal fina

400 ml de aceite de oliva virgen extra

100 g de perretxicos

Elaborar una mayonesa tradicional con el brazo triturador (Bamix) y luego añadir los perretxicos bien lavados y crudos y triturar todo bien. (Los perretxicos deben estar crudos para que la mayonesa tenga más sabor.) Tamizar, rectificar el punto de sal y reservar.

Otros

5 g de sal Maldon

0,05 g de cebollino

100 ml de aceite de oliva virgen extra

100 g de perretxico

16 unidades de Sakura Mix (brote borraja)

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Calentar levemente los espárragos en la salamandra y luego, en un plato liso, hacer una lágrima de mayonesa de perretxicos y disponer sobre ella los espárragos templados. Laminar por encima un perretxico crudo y adornar con los brotes, la sal Maldon y el cebollino.

Terminar con un chorrito de aceite de oliva virgen extra.



PACO PÉREZ

MIRAMAR Llançà, Girona



2 estrellas Michelin, 2 soles Repsol

Hablar del restaurante Miramar es hablar de Paco Pérez y de su mujer, Montse Serra. Ambos abordaron la aventura de transformar una pequeña fonda familiar en una verdadera referencia gastronómica en Europa. Pero antes de eso, él había realizado un largo recorrido personal que le llevó a las cocinas de Michel Guérard en Francia y a vivir desde dentro la revolución gastronómica de elBulli. Esa impronta creativa es la que estampa desde hace años en sus platos, en este lugar mágico casi dentro del Mediterráneo. Resulta prácticamente imposible transmitir en palabras la emoción que define su cocina, desde Llançà hasta sus «otros puertos» —cinco tiene en Barcelona, y uno más en Berlín—. La intención de Paco es recrear las sensaciones que a él le provoca la naturaleza y transferir

al comensal esa experiencia. Así, la oferta más vanguardista convive con otras propuestas en apariencia —solo en apariencia— más tradicionales, como los arroces que condensan todo el talento de este genio siempre embarcado en nuevos proyectos.

Fresa al cava y pimienta

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para el agua de fresas

150 g de fresas variedad Charlotte

12,5 g de azúcar

Envasar todos los ingredientes juntos al vacío, cocinarlos en el roner a 80 °C durante 90 minutos y colar.

Para la base de ósmosis de fresas y cava

100 g de agua de fresas (receta anterior)

40 g de cava

Mezclar los ingredientes y reservar.

Para las fresas charlotte en ósmosis

70 g de fresas variedad Charlotte

140 g de base de osmosis de fresa y cava (receta anterior)

Disponer las fresas en un bol e incorporar la base de ósmosis de fresas y cava. A continuación, poner en la máquina de vacío y hacer ósmosis, hasta que la fresa absorba el máximo posible de la base. Finalmente, retirar las fresas del bol y dejarlas escurrir un poco.

Para la infusión de pimienta

200 g de leche semidesnatada

1,5 g de pimienta rosa

3 g de anís estrellado

2 g de pimienta de Sichuán

Poner las pimientas y el anís en una sartén y calentar a fuego suave. Una vez que la sartén empieza a estar caliente y las especias comienzan a soltar aroma, retirar del fuego e incorporarlas a la leche.

Seguidamente, llevar a ebullición la leche con las especias a fuego muy lento y, cuando alcance el hervor, retirar del fuego, cubrir con papel film y dejar que infusione durante 30 minutos. Transcurrido el tiempo de infusión, colar.

Para el aire gelificado

200 g de infusión de pimienta

0,8 g de textura iota

Mezclar los ingredientes bien y llevarlos a 85 °C. Después retirar del fuego y montar con el túrmix.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Calentar el aire y levantarlo con el túrmix. A continuación, levantar las hojas de la fresa hacia arriba, bañar la parte inferior de la fresa con el aire y dejar cuajar. Una vez gelificado, servir.



Quisquilla y cava

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para las quisquillas

100 g de quisquillas

150 g de agua mineral

8 g de sal fina

Diluir la sal en el agua e introducir las quisquillas durante 10 segundos. A continuación, escurrir las quisquillas y secarlas suavemente.

Para el gel de quisquillas y cava

300 g de agua mineral

150 g de quisquillas

6 g de sal en escamas

0,9 g de textura xantana

24 g de huevas de quisquilla

50 g de cava

Repartir la sal en escamas por toda la base de una sartén repartida, colocar sobre ella, bien dispuestas, las quisquillas y poner a fuego muy fuerte. Cuando empiece a coger color la sal, mojarlas con el

agua mineral y dejar que hiervan durante 20 segundos. A continuación, retirarlas del fuego, cubrir con film y dejar infundir durante 30 minutos.

Seguidamente, colar, incorporar el cava y triturar con la textura xantana. Una vez bien triturado todo, quitar el aire de la mezcla en la máquina de vacío y, cuidadosamente, añadir las huevas de la quisquilla.

Para la mousse de quisquilla

125 g de cabezas de quisquilla

215 g de nata líquida

3 g de gelatina en colas

3 g de sal

Rustir las cabezas de las quisquillas levemente en una olla catalana y, una vez rustidas, salarlas y agregar la nata. A continuación, llevar a ebullición y mantener hirviendo durante 1 minuto.

Seguidamente, retirar del fuego, cubrir la olla con papel film y dejar infundir durante 1 hora. Transcurrido el tiempo de infusión, colar por superbag, incorporar la gelatina deshecha y montar con la montadora. Una vez que la mousse esté bien montada, reservarla en mangas.

Para las algas

30 g de ogonori

20 g de alga codium

Hidratar el ogonori en agua mineral durante 1 hora y, pasado ese tiempo, blanquearlo y enfriarlo con agua y hielo. Por otro lado,

escaldar el alga codium durante 30 segundos y enfriarla también con agua y hielo.

Para el aire de mar y cava

150 g de cava

50 g agua de mar

1,6 g de sucro

Mezclar los ingredientes, triturarlos bien con el túrmix y, por último, levantar el aire.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En primer lugar, colocar el gel en el fondo del plato y, sobre él, poner 2 quisquillas. A continuación, disponer entre ellas la mousse con las algas y, por último, añadir el aire en el fondo del plato.



TOÑO PÉREZ

ATRIO Cáceres



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

La leyenda de Atrio arranca mucho antes de 1986. En ese año, Toño Pérez y José Polo materializaron un proyecto largamente fantaseado mientras ayudaban en el obrador de pastelería del padre de Toño, y más tarde durante el servicio militar, cuando se percataron de que compartían la ilusión de crear un espacio único que amparara el modo en que ambos entendían la restauración. No imaginaban entonces que con el tiempo el suyo se convertiría en el mejor restaurante de Extremadura y en uno de los mejores de España. Caprichosos y meticulosos hasta con el más mínimo detalle, se han rodeado de los mejores profesionales para conseguir su propósito, como los arquitectos Emilio Tuñón y Luis Moreno, que dieron forma al continente logrando un espacio tan luminoso como acogedor. También hicieron suyos los productos más excelsos. José comparte

con los clientes su impresionante bodega, y Toño basa su personalísima cocina en una materia prima de calidad espectacular, empezando por el cerdo ibérico o los quesos extremeños, que nunca faltan en la carta. Con todo ello, Atrio se ha convertido en un referente a nivel nacional e internacional, y todos sus ingredientes (incluidas arquitectura, bodega y obras de arte) hacen que comer en este restaurante se convierta en una experiencia única.

Ostra macerada en cava, manzana y brotes herbáceos

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 8 personas)

Para el licuado de manzana y cava

4 manzanas granny smith

100 ml de cava

3 g de goma xantana

Licuar la manzana sin el corazón y decantar la pulpa dejando el líquido claro y transparente. Reducir a la mitad el cava, juntar con el licuado de manzana y texturizar con goma xantana. Reservar.

Para la maceración de ostra

8 unidades de ostra Gillardeau

50 g de chalota

50 ml de vinagre de manzana

200 ml de cava

5 g de sal

Cortar la chalota en bronuax, agregar el vinagre de manzana, la chalota, el cava y reducir la mitad. Colocar en la nevera para mantener en frío, agregar la ostra y guardar en la nevera.

Para la crema de apionabo

2 unidades de apionabo

700 ml de nata

50 ml de crema ácida

7 g de sal

Pelar el apionabo, cortarlo en trozos pequeños, introducir en una bolsa al vacío y agregar la nata. Cocinar durante 12 horas a 70 °C y después colar, triturar y agregar la crema ácida. Rectificar de sal y reservar.

Otros

Puerro (parte blanca)

Hierbabuena

Minirrabanitos

Brotes de mostaza

Melisa

Cebollino

Cortar trozos de puerro y marcar en la plancha. Seleccionar las hierbas y reservar.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar en el plato una quenelle del puré de apionabo, poner al lado la ostra con los diferentes brotes y hierbas. Por último, agregar el licuado de manzana y cava bien frío.



Salmonete, cava, cítricos y almendras tiernas

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 8 personas)

Para los cristales de isomalt

100 g de azúcar isomalt

5 g de colorante plata

5 g de colorante oro

Derretir en un cazo el isomalt con el colorante plata y en otro cazo el isomalt con el colorante oro. Hacer una pasta templada (deshacer el azúcar y estirar pequeñas porciones como si trabajásemos azúcar soplado) e ir tirando de ella despacio, en forma de pequeñas láminas, para romper los trocitos de azúcar, que han de quedar en forma de escamas. Reservar en un recipiente hermético sin humedad.

Para el paté de salmonete

4 unidades de hígado de salmonete

1 cebolleta

200 ml de cava

Estofar la cebolleta y agregar los higaditos y el cava. Reducir 3/4 partes y triturar hasta formar una crema. Rectificar de sal y reservar en un cazo.

Para la crema de almendras y coliflor

100 g de coliflor

100 g de almendras tiernas

20 g de mantequilla

5 g de sal

Cocer la coliflor unos 40 minutos hasta que esté bien tierna, colar e introducir en una Thermomix junto a la almendra. Triturar, agregar mantequilla y rectificar de sal. Reservar en un cazo.

Otros

8 unidades de lomo de salmonete

Aceite de oliva virgen extra al gusto

½ unidad de ralladura de lima

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Marcar el salmonete unos 3 minutos en la plancha por el lado de la piel ayudado de un papel de horno para evitar que se pegue. Luego dar la vuelta y marcar 2 minutos. Introducir en una bandeja de horno y cocer 2 minutos más.

En el centro del plato, colocar un poco de paté y, encima de él, un poco de crema de almendras. Al lado, el salmonete bien caliente. Encima colocar los cristales comestibles y terminar con ralladura de lima.



RAÚL PRIOR

ÁLBORA Madrid



1 estrella Michelin, 2 soles Repsol

En pocos años, el restaurante Álora se ha hecho un holgado hueco entre la feroz competencia de la restauración en Madrid. Sus armas han sido, desde el principio, tan eficaces como difíciles de imitar: contar siempre con el mejor producto y, por supuesto con los mejores profesionales para darles forma y trasladarlos con mimo y rigor al comensal. Para lo primero, parte con la ventaja de estar bajo el ala de dos grandes de la calidad alimentaria española: los jamones y chacinas de Joselito y las conservas vegetales de La Catedral de Navarra. Para la segunda, ha tenido el acierto de fichar a Jorge Dávila, cuya labor como director ha sido absolutamente trascendental. José María Marrón atiende con su contrastada eficacia la sala y, en la cocina, Raúl Prior se encarga de dar continuidad al trabajo iniciado

por David García para mantener una carta llena de propuestas interesantes y sorprendentes, como la navaja con arroz socarrat de marisco y tuétano o el pichón con trigo sarraceno y caldo de cerveza negra.

Muselina de limón, compota de frutos rojos y granizado de cava

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 15-20 personas)

Para la muselina

200 g de huevo

240 g de azúcar

15 g de ralladura de piel de limón

160 g de zumo de limón

300 g de mantequilla

Mezclar el azúcar, el huevo, el zumo y la ralladura de limón y cocer a la inglesa hasta alcanzar los 80 °C. Luego bajar de temperatura en un baño frío hasta 55 °C, añadir la mantequilla y mezclar con túrmix. Dejar en la cámara de un día para otro para que coja cuerpo.

Para la compota

500 g de frutos rojos: fresas, arándanos y grosellas

½ de azúcar

½ vainilla

Dejar cocer a fuego lento todos los ingredientes hasta obtener una mermelada.

Para el granizado de cava

125 g de agua

75 g de azúcar

Ralladura de la piel de ½ naranja

½ unidad de vainilla

½ unidad de gelatina

300 g de cava

Mezclar todos los ingredientes, salvo el cava, y calentar. Fuera del fuego, añadir el cava sin que hierva para que no pierda matices. A continuación, agregar la gelatina hidratada y congelar. Una vez congelado, hacer escarcha de granizado rascando con un tenedor.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un bol servir la muselina de limón y colocar sobre ella la compota de frutos rojos y el granizado de cava. Si se quiere, se puede acabar la presentación poniendo unas flores comestibles por encima.



Cabezada ibérica asada en dos cocciones con *trinxat* de patata y berza y jugo de cebolla roja

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 5 personas)

Para la marinada de la cabezada

1 kg de cabezada

1 kg de sal gorda

100 g de azúcar

100 g de pimentón

Para la cocción de la cabezada

1 kg de cabezada marinada

1 unidad de ajo aplastado

20 g de romero fresco

20 g de tomillo fresco

100 g de caldo de pollo

Primero cubrir la cabezada con 1 kg de sal gorda, 100 g de azúcar y 100 g de pimentón y mantener la marinada 12 horas. Después lavarla, secarla e introducirla en bolsas de cocción al vacío con ajo, romero, tomillo y caldo de pollo para cocerla al vapor durante 12 horas a 80 °C. Después racionar y marcar en sartén.

Para el *trinxat*

250 g de patata cocida
125 g de berza cocida
2,5 g de sal
1 g de pimienta negra molida
25 g de aceite

Cocer por separado la patata cascada y la berza en juliana a la que previamente se le habrá quitado los nervios más gordos. Una vez cocidas, escurrir muy bien, mezclar, machacar y aliñar con aceite de ajo, sal y pimienta negra molida. Por último, marcar en sartén con un cortapastas, el aparejo del trinxat, para ponerlo de base a la cabezada.

Para el caldo de cebolla roja

1 kg de cebollas rojas
5 g de sal
2 g de azúcar

Pelar las cebollas y partirlas en 2, marcarlas ligeramente, añadir sal y azúcar y meterlas en bolsas de vacío para cocerlas al vapor durante 12 horas a 80 °C. Después colar por un chino fino.

Otros

Calabacín
Zanahorias baby
Micromezclum

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un plato sopero poner el trinxat, previamente marcado en sartén, y, sobre él, posar la cabezada en dos cocciones. Colocar sobre la cabezada unas verduras salteadas (por un lado, láminas de calabacín cortadas con mandolina y salteadas ligeramente, y, por otro, zanahorias baby peladas y salteadas al dente, y micromezclum) y servir el caldo de cebolla alrededor.



JOAN ROCA

EL CELLER DE CAN ROCA Girona



3 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

En pocos sitios la perfección culinaria y creativa alcanza las cotas que se paladean en El Celler de Can Roca, un restaurante familiar que no conoce fronteras y que en 2017 cumple tres décadas de vida. Al frente, Joan, el mayor de la tríada Roca y uno de los chefs más influyentes del mundo. No solo porque sus aportaciones en la cocción controlada al vacío y a baja temperatura hayan transformado el modo de ver la cocina inmediata del siglo XXI, sino porque lleva más de veinte años como docente y colaborando con distintas universidades

(desde Girona hasta Harvard), y es, junto a sus hermanos, embajador de los Programas de Desarrollo Sostenible de Naciones Unidas. Con una perspectiva libre que armoniza tradición e innovación, tecnología y sensibilidad —principios fundamentales de La Masia (I+R)—, El Celler embarca a quien se sienta a la mesa en un viaje emocional. Mano a mano con Josep y Jordi, esta conexión fraternal de la cocina, el vino y el mundo dulce catapultó a El Celler a la primera posición en The World's 50 Best Restaurants en 2013 y 2015, y continúa deslumbrando año tras año.

Ostra al cava

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

8 ostras

Compota de manzana

Láminas de pan de especias

Cava sólido

Piel de limón confitada

Piña natural

Jengibre confitado

Curry

Comino

Para la compota de manzana (se obtienen 100 g)

100 g de zumo de manzana royal gala

1 g de agar-agar

Para las láminas de pan de especias (se obtienen 15 láminas)

50 g de pan de especias (recetas base) congelado

Para el cava sólido (se obtienen 400 g)

400 g de cava

1,6 g de goma xantana

Abrir las ostras con la ayuda de un cuchillo abreostras y sacarlas de la concha intentando no dañarlas. Recortar las barbas con una puntilla y reservarlas en frío hasta el momento de servir las.

A continuación, preparar la compota dejando decantar el zumo de manzana para eliminar la pulpa, añadir el agar-agar, hervir y dejar cuajar. Una vez frío, triturar hasta obtener un puré muy fino y reservar.

Seguidamente, con la ayuda de una máquina cortafiambres, cortar el pan de especias congelado en láminas finas. Estirar las láminas sobre una placa con papel sulfurizado y secar en estufa a 70 °C hasta que el pan esté crujiente. Reservar dentro de un recipiente hermético en un lugar seco. Mezclar el cava y la xantana con el túrmix y colocar dentro de un sifón de soda con 2 cargas.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Servir la compota de manzana en la base del plato, colocar 2 ostras y encima de ellas 4 dados de limón confitado, 8 de piña y 4 de jengibre confitado. Especiar con un poco de curry y comino y acabar con una lámina de pan de especias. En el momento de servir, verter el cava sólido.



JOSÉ ROJANO

JOSÉ ROJANO RESTAURANTE (LOPESAN COSTA MELONERAS) Meloneras, Gran Canaria



Vasco de nacimiento y formación, José Rojano es evidentemente de donde nació, pero también de donde lleva más de veinte años «paciendo». Gran Canaria ha sido el escenario de casi toda su carrera profesional, y la tierra de la que extrae la esencia y los mejores ingredientes para sus platos. Tras estar al mando de algunas de las mejores referencias de la isla, como La Casita, Madrás, el Campo de Golf de Maspalomas y la Terraza del Hotel Santa Catalina, donde consiguió 3 soles Repsol, regentó el restaurante que llevaba su

nombre dentro del Hotel Lopesan Costa Meloneras y hoy es chef ejecutivo de la Hacienda del Buen Suceso y el Jardín de la Marquesa, ambos en Arucas. Los tres soles premiaban una cocina de autor sensata, que no se alejaba de las bases de la mejor tradición vasca, pero que incorporaba guiños de modernidad y se basaba en productos locales. En su haber, la creación de platos emblemáticos, como el milhojas de tomate y queso canario con sorbete de mojo rojo y la influencia en futuros grandes cocineros, gracias a su labor docente.

Atún marinado con mango y gelatina de cava

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

100 g de atún por persona (aproximadamente)

Mango de Gran Canaria

20 cl de cava

1 unidad de cola de pescado (gelatina)

10 cl de aceite de sésamo

Sal

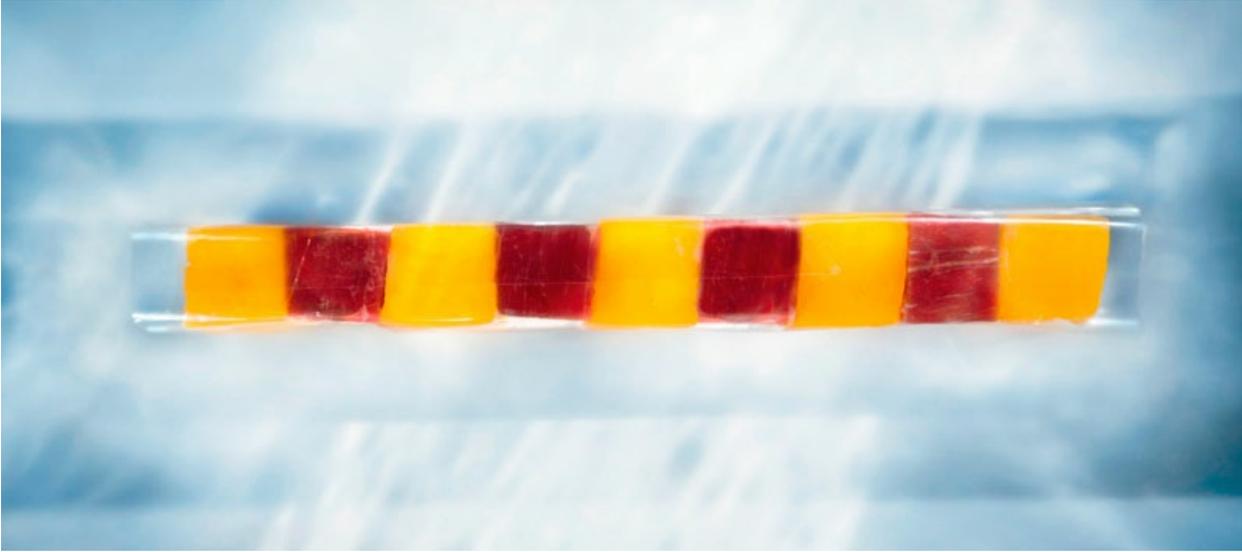
Pimienta

Calentar ligeramente el cava e introducir las colas de pescado previamente hidratadas en agua. Estirar sobre una placa de horno y reservar en frío.

Cortar el atún y el mango en cuadraditos, marinar el atún en el cava durante 30 minutos y seguidamente introducirlo en el aceite de sésamo.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Para el montaje del plato, cortar la gelatina de cava reservada, poner sobre ella los trozos de atún y mango alternados, envolverlos y servir.



Cherne con puré de batata y papaya confitada

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

4 lomos de cherne (200 g/unidad)

200 g de batata

50 g de mantequilla

80 g de papaya

10 cl de aceite de oliva

Sal

Pimienta

Pelar las batatas, cocerlas y triturarlas con la mantequilla hasta conseguir un puré cremoso y reservar. A continuación cortar la papaya en cuadraditos y confitarla con aceite en una bolsa de vacío.

Por último, calentar el aceite de oliva e introducir el cherne, cubriéndolo completamente para confitarlo, a baja temperatura con el fin de evitar el hervor.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Para montar el plato, poner un poco de puré en el fondo, sobre este el cherne y, para terminar, cubrir con la papaya confitada.



PACO RONCERO

LA TERRAZA DEL CASINO Madrid



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

No hay desafío capaz de pararle. Paco Roncero se atreve con todo, ya sea correr una media IronMan o el maratón de Nueva York, formar parte del jurado en *MasterChef* Colombia y en *Top Chef* España, o recorrer medio mundo difundiendo su manera de entender la gastronomía como una experiencia sensorial única. Dotado de una sensibilidad especial, un dominio total de las técnicas de vanguardia y una curiosidad insaciable, Roncero es uno de los chefs españoles más internacionales, con locales de prestigio en España, México, China y Colombia. Su creatividad se despliega en La Terraza del Casino, en el «cielo» de Madrid, donde el diseño vanguardista de Jaime Hayón combina con la vanguardia de los platos del chef ejecutivo y su equipo, pero también es reina absoluta en los libros que ha publicado; en Paco Roncero Taller, su espacio de investigación en

torno a la cocina y las emociones; en los gastrobares Estado Puro, y en el innovador y espectacular Sublimotion del Hotel Hard Rock de Ibiza. Sin duda es un chef todoterreno, siempre en busca de nuevos retos.

Arroz cremoso de yogur con toques cítricos

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT NATURE O CAVA DE PARAJE CALIFICADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para el suero de yogur casero

150 g de yogur griego

1 l de leche de vaca entera

Calentar la leche hasta 80 °C y luego bajar la temperatura a 40 °C en el menor tiempo posible. Incorporar el yogur griego con ayuda de una espátula y dejar reposar a temperatura ambiente durante 4 horas.

Pasar por un colador chino con papel y dejar escurrir a temperatura ambiente hasta conseguir el suero de yogur.

Para el risotto de yogur

50 g de ajetes

50 g de chalotas

150 g de arroz carnaroli

50 ml de aceite de oliva virgen extra

50 g de mantequilla

100 ml de cava brut

200 ml de suero de yogur (elaboración anterior)

50 g de base de yogur casero de leche de vaca (elaboración anterior)

Sal

Pochar la chalota junto con los ajetes, agregar el arroz y remover unos minutos hasta que absorba parte del aceite y quede transparente. Verter el cava y dejar evaporar. Mojar el arroz con el suero de yogur (como si se tratara del caldo que se utiliza en la cocción normal de un risotto) y cocer sin dejar de remover (como si se tratase de un risotto tradicional). Poner a punto de sal y terminar cremando con base de yogur casero y mantequilla.

Para el puré de piel de limón

125 g de piel de limón

25 g de jarabe TPT (50% agua/50% azúcar)

90 g de mantequilla

40 ml de nata líquida

35 g de zumo de limón natural

Pelar la piel de limón con ayuda de un pelador, intentando dejar la mayor parte de albedo posible. Blanquear las pieles de limón cuatro veces partiendo de agua fría, cambiando el agua cada vez que se blanquee, escurrir y reservar las pieles blanqueadas. (Se pueden conservar las pieles de limón envasándolas al vacío con un poco de agua y TPT.) Cocer las pieles blanqueadas en jarabe TPT (50% agua/50% azúcar) durante 45 minutos y luego escurrirlas y triturarlas en el vaso americano junto con la nata, la mantequilla y el zumo de limón. Pasar la mezcla por colador fino y reservar.

Para el puré de albedo de limón

25 g de jarabe TPT (50% agua/50% azúcar)

90 g de mantequilla

400 ml de nata líquida

35 g de zumo de limón natural
125 g de albedo de limón

Pelar el limón con ayuda de un pelador, intentando dejar la mayor parte de albedo posible, para luego, con ayuda de una puntilla, retirarlo y blanquearlo cuatro veces, partiendo de agua fría y cambiando el agua cada vez que se blanquee. Escurrir y reservar el albedo de limón blanqueado. (Se puede conservar envasado al vacío con un poco de agua y TPT.) Cocer el albedo de limón blanqueado en jarabe TPT (50% agua/50% azúcar) durante 45 minutos, escurrir y triturar en el vaso americano junto con la nata, la mantequilla y el zumo de limón. Colar la mezcla por colador fino y reservar.

Otros

100 g de limón
5 g de comino molido
10 ml de aceite de oliva virgen extra

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Pintar los frascos de yogur tanto con puré de piel de limón como con puré de albedo de limón y luego poner en ellos el risotto de yogur. Terminar con una pizca de comino en polvo, un toque de ralladura de limón y unas gotas de aceite de oliva extra virgen.



Moluscada

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los berberechos y mejillones

80 g de berberechos

100 g de mejillones

Sumergir en agua hirviendo los moluscos por separado: los mejillones durante 12-14 segundos y los berberechos durante 6-7 segundos. Con la ayuda de una puntilla, cortar los pedúnculos que unen los moluscos con las valvas, sacarlos y olerlos uno a uno. Luego guardarlos en su propia agua pasada por la estameña.

Para las ostras

4 unidades de ostras

Abrir las ostras con la ayuda de un abridor de ostras por la parte en que se unen las valvas. Guardar su agua. Cortar con una puntilla los pedúnculos que unen las ostras a las valvas y extraerlos. Con unas tijeras, cortar las barbas de las ostras y guardarlas en su propia agua, previamente pasada por la estameña.

Para los bígamos y cañaíllas

200 g de cañaíllas

150 g de bígaros

Cocer por separado los bígaros durante 30-40 minutos y las cañaíllas durante 25-35 minutos. Dejar enfriar en su propia agua y sacar los moluscos con un pincho, eliminando la parte dura y el intestino. Guardar los moluscos limpios con el agua de su cocción, previamente pasada por una estameña.

Para los percebes

80 g de percebes

Llevar el agua a ebullición. Retirar del fuego y añadir los percebes. Tapar y dejar infundir 3 minutos. Escurrir los percebes, pelarlos y guardarlos en su propia agua pasada por una estameña.

Para las navajas

100 g de navajas

Sumergir en agua hirviendo las navajas, durante 4 segundos y a continuación extraer las navajas de la valva y olerlas una a una. Separar los filamentos del tronco y guardar, y después separar la parte más larga del tronco, cortando por encima del orificio del intestino. Por último, cortar el tronco en diagonal en rodajas de 3 cm de grosor.

Para el caldo de chirlas

5 g de ajo fresco

80 g de cebollas

45 g de tomate rojo maduro de rama

45 ml de cava brut
0,5 g de chirlas
40 g de puerros
300 ml de agua

Dorar el ajo picado con unas gotas de aceite de oliva y luego añadir la cebolla y el puerro y pochar hasta que adquieran un ligero color dorado. Incorporar el tomate y rehogar todo junto durante 20 minutos. Mojar con el cava y dejar reducir a la mitad. A continuación introducir las chirlas, previamente lavadas en abundante agua fría, y dejarlas hasta que se abran. Una vez abiertas, extraer las chirlas del caldo, separarlas de las conchas e introducirlas de nuevo en el caldo para que cuezan 10 minutos más. Pasado ese tiempo, triturar con la ayuda de un túrmix o vaso americano y dejar reposar fuera del fuego durante 15 minutos aproximadamente. Por último, pasar por un colador de malla metálica fino.

Para el consomé de chirlas clarificado

50 ml de clara de huevo pasteurizada
500 ml de caldo de chirlas (elaboración anterior)

Mezclar el caldo de chirlas con las claras de huevo y luego introducir en una bolsa de vacío y cocer durante 10 minutos. Colar por estameña y reservar.

Para el consomé texturizado de chirlas

1,5 g de xantana
500 ml de consomé de chirlas clarificado (elaboración anterior)

Mezclar el consomé de chirlas clarificado con la xantana, triturar con la ayuda de un túrmix hasta que no queden grumos y guardar en la nevera.

Para el jarabe al 30%

35 g de TPT

120 ml de agua

Mezclar ambos ingredientes, levantar el hervor y guardar en la nevera una vez se haya enfriado la mezcla.

Para las flores de begonia

100 ml de jarabe 30% (elaboración anterior)

4 flores de begonia

Introducir las flores de begonia blanca y el jarabe 30% en una bolsa de vacío, envasar al 99% de vacío y guardar en la nevera durante 3 horas.

Para el aceite de limón

100 ml de aceite de oliva 0,4

100 g de piel de limón

Blanquear las pieles de los limones cuatro veces partiendo siempre de agua fría y luego introducir las pieles de los limones escaldadas junto con el aceite en una bolsa de vacío, sellar y confitar al baño maría a 65 °C durante aproximadamente 2 horas.

Para las rocas de pasión

100 ml de puré de fruta de la pasión

0,3 g de xantana

250 ml de nitrógeno líquido
50 g de manteca de cacao
Jeringuilla con boquilla de 0,2 cm

Mezclar la pulpa de fruta de la pasión con la xantana y triturar con la ayuda de un túrmix hasta que no queden grumos e introducir esta mezcla en la jeringuilla de 0,2 cm de grosor.

En un cazo, fundir la manteca de cacao en polvo y reservar. A continuación, en cuenco para nitrógeno, ir añadiendo con la jeringuilla la crema de fruta de la pasión, aprovechando las paredes del cuenco para poder darle forma de rocas (el peso de cada roca ha de ser de 1 g y se necesita una por persona). Una vez congelado, bañar las rocas de fruta de la pasión en la manteca de cacao fundida para conseguir una fina capa uniforme que envuelva totalmente la crema de fruta de la pasión. Seguidamente disponer las rocas en una placa con papel sulfurizado y guardarlas en la nevera durante 3 horas.

Para el amaranto suflado

20 g de amaranto

Para hacer el inflado, calentar una sartén antiadherente hasta que adquiera los 200 °C y luego añadir el amaranto en pequeñas cantidades y, cuando empiece a suflar, tapar con un plato e ir moviendo la sartén para que el suflado sea homogéneo (proceso muy rápido, de 5 segundos aproximadamente). A continuación colar por un colador de un grosor de 0,1 mm para que de esta forma las semillas que no se han inflado pasen a través del colador y se puedan desechar. Guardar las semillas sufladas.

Para las lágrimas heladas de pomelo rosa

200 g de pomelo rosa

250 ml de nitrógeno líquido

Pelar el pomelo a piel y, con la ayuda de un cuchillo afilado, sacar los gajos de uno en uno, sin partes blancas ni membranas, y dejarlos en una bandeja con papel absorbente durante 5 minutos antes de su utilización. Seguidamente poner el nitrógeno líquido en un cuenco e introducir en él durante 1 minuto los gajos de pomelo rosa para congelarlos. Retirar los gajos del nitrógeno, ponerlos encima de un papel sulfurizado y, con la ayuda de un rodillo, romperlos con cuidado para obtener las lágrimas totalmente sueltas. Por último, guardar las lágrimas en un recipiente hermético en el congelador a -18 °C.

Otros

4 flores de capuchina

4 flores de borraja

10 g de germinados de lombarda

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Colocar todos los moluscos de forma ordenada en un plato sopero, distribuir a continuación las flores y los germinados de lombarda sobre los moluscos y añadir el consomé de chirlas texturizado, repartiéndolo por todo el plato. Terminar la presentación con unas gotas de aceite de limón, el amaranto suflado, la roca de fruta de la pasión y las lágrimas heladas de pomelo rosa.



CARME RUSCALLEDA

SANT PAU Sant Pol de Mar, Barcelona



3 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Inmaculadamente seria en el trabajo aunque siempre sonriente, Carme Ruscalleda es el paradigma del esfuerzo y la perfección en la cocina. La cocinera con más estrellas Michelin del mundo comenzó su relación de amor con la comida en la charcutería que regentaban

sus padres en Sant Pol de Mar. Precisamente, la única formación en materia gastronómica que recibió fue en esa época, y sobre técnicas de chacinería, pero su talento innato y su intuición para los sabores le permitieron transformar con los años el modesto restaurante que abrió con su marido enfrente del negocio familiar en un lugar de peregrinaje para los enamorados de las emociones culinarias. El Mediterráneo es una constante en sus platos, y la comarca del Maresme, una inspiración inquebrantable en su trayectoria. A pesar de que en su carta prevalecen estos sabores (espardenyes y rosones, alcachofas y guisantes; platos de mar y montaña), Carme es una apasionada de Japón, donde posee una sucursal de Sant Pau con 2 estrellas Michelin... Quizá por su inclinación a los resultados ligeros y su marcado sentido estético.

Bombas de pulpo, patata y col

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 6 personas)

Para cocción del pulpo

- 1 pulpo de 2 kg aproximadamente
- 250 g de agua mineral
- 250 g de cava
- 1 cebolla mediana
- 3 clavos de olor
- 15 g de sal
- 750 g de patatas (peso neto, peladas y cortadas)
- 500 g de col (peso neto, en hojas y sin el tallo duro)

Es recomendable comprar el pulpo fresco, limpiarlo con cuidado y dejarlo en una bolsa adecuada para reservarlo en el congelador unos 4 días. El día antes de cocinarlo, sacarlo del congelador y dejarlo en la nevera para que se descongele lentamente. Limpiarlo de nuevo y ponerlo en frío en una olla con el resto de los ingredientes. Al arrancar el hervor, mantener el fuego lento, tapar la olla y dejar cocer unos 70 minutos. Dejarlo enfriar y reservarlo en la nevera en un recipiente adecuado con el jugo de la cocción. Como para esta receta solo se necesita la mitad del pulpo cocido, reservar en el congelador la otra

mitad del pulpo cocido con la mitad del jugo de la cocción para otro día poder repetir la receta o para preparar otro plato con pulpo.

Poner a hervir las patatas con 1,5 l de agua mineral, salar y hervirlas unos 20 minutos. Escurrir y reservar también el agua de cocción.

A continuación, en una olla poner 1,5 l de agua mineral con un punto de sal, arrancar el hervor y tirar las hojas de col. Dejar cocer solo 5 minutos y luego escurrirlas y reservar también el agua de la cocción.

Para el caldito cremoso de ajo

200 g de aceite de oliva virgen extra

½ grano de ajo

1 huevo

100 g del jugo de la cocción del pulpo

100 g de agua de la cocción de las patatas

200 g de agua de la cocción de la col

Sal y pimienta

Con un túrmix montar una mayonesa con el aceite, el huevo y el ajo. Arrancar el hervor a los jugos medidos de la cocción del pulpo, la patata y la col, apartarlo del fuego y triturarlos con la mayonesa preparada. Afinar el punto de sal.

Para el rebozado de las bombas de pulpo, patata y col

Harina de trigo

2 huevos

Panko

Aceite de oliva virgen extra (para freír las bombas)

Para elaborar las bombas, machacar con el tenedor las patatas cocidas, mezclarlas con la mitad de la carne del pulpo cocido cortado en tiras finas y la col picada pequeña con un cuchillo. Amasar delicadamente y probar la mezcla por si hay que añadir un punto de sal. Formar las bolas, aproximadamente de 5 cm de diámetro, para servir unas 5 por comensal. Pasarlas por la harina de trigo, el huevo batido y el panko y reservarlas hasta el momento de freírlas con abundante aceite de oliva a 170 °C hasta que queden doradas.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Acabarlas al horno a 190 °C durante 3 minutos.

Sevirlas muy calientes con el caldito cremoso de ajo.



Cuscús con frutos secos y chipirones

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

200 g de sémola de cuscús

500 g de chipirones

40 g de dátiles a dados pequeños

40 g de orejones de albaricoque, también en dados pequeños

40 g de almendra granilla tostada

80 g de ciruelas secas, sin hueso

100 g de zanahoria pelada y a dados medianos

100 g de calabacín a dados también medianos

6 ramitas de cilantro picado

Aceite de oliva virgen extra

Sal y pimienta

Con cuidado y delicadeza, limpiar los chipirones y reservarlos (si son muy pequeños, optar por cocinarlos con todos sus interiores). Seguidamente, cocer la sémola del cuscús siguiendo las indicaciones de la marca comprada (las hay que deben cocer unos minutos, otras que son precocidas y solo hay que escaldarlas) y reservarlo cocido y suelto.

A continuación, triturar la carne de las ciruelas secas con 100 g de agua mineral, colar y reservar la pasta obtenida, y hervir la zanahoria

en dados, solo 3 minutos, saltearla con un poco de aceite, sal y pimienta y reservar también.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En una cazuela suficientemente ancha y con un poco de aceite, sofreír los chipirones a fuego vivo con el punto de sal (procurar cocerlos en cuatro veces, retirarlos de la cazuela y mantenerlos calientes).

A continuación, en el aceite perfumado de los chipirones, sofreír los dados de calabacín, salpimentar y tirar a la cazuela con cuidado el cuscús, los dados de dátil, los dados de orejones, los dados de zanahoria y el cilantro picado y darle una vuelta para calentar el conjunto.

En el plato del servicio, poner 1 cucharada de la pasta de ciruela, la ración de cuscús, añadir la parte proporcional de almendra tostada y, encima, los chipirones calientes.



JESÚS SÁNCHEZ

CENADOR DE AMÓS Villaverde de Pontones, Cantabria



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

La cocina de Jesús Sánchez es como él: franca y expresiva. Nacido en Navarra, y sin antecedentes hosteleros en la familia, siente pronto la cocina como una vocación y se traslada a Madrid para formarse. Allí empieza a conocer el oficio desde dentro en instituciones de la

restauración, como el Hotel Ritz y la Taberna del Alabardero y, más tarde, en varios restaurantes franceses con estrellas Michelin. Pero su verdadera historia comienza en 1993, cuando recaló, junto a su mujer Marian, en Villaverde de Pontones, un pequeño pueblo a 30 kilómetros de Santander, y convierte la antigua Casa-Palacio Mazarrasa en su proyecto gastronómico. El Cenador de Amós, bautizado así en honor a su abuelo, ha sido desde entonces una referencia obligada en el panorama culinario cántabro, y el lugar desde el que Jesús ha desplegado sus extraordinarias dotes para la cocina, y para emocionar a quienes la disfrutan. Sus armas son los mejores ingredientes cántabros y la sensibilidad, la inteligencia y un exquisito gusto a la hora de ensamblarlos. Inquieto y siempre con mil planes en la cabeza, ha sacado tiempo para estar al frente de la oferta gastronómica del Centro Botín de Santander.

Lenguado al cava

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

1 lenguado de 1 kg

2 chalotas

½ diente de ajo

7 g de musgo de Irlanda

10 cl de cava brut nature

50 g de callos de bacalao

70 g de mantequilla

1 cebolla pochada

Hinojo fresco y hojas de hinojo

Sal y pimienta

Para el aceite de musgo de Irlanda

14 g de alga

200 g de aceite de girasol

Para el jugo 1 de alga codium

210 g de alga codium

90 g de agua de mar

Para el jugo 2 de alga codium

80 g de jugo 1

30 g de borraja fresca

Para la emulsión de codium

40 g de jugo 2 de codium

$\frac{1}{6}$ de hoja de gelatina

80 g de aceite de musgo

Sal

Para preparar el aceite de musgo de Irlanda, envasar el alga con el aceite al vacío y cocer durante 90 minutos al vapor a 70 °C. El primer jugo de alga codium se elabora blanqueando el alga en agua hirviendo, refrescándola 1 minuto después y triturándola con el agua de mar. Para el segundo jugo, triturar 80 g del jugo 1 con la borraja hervida durante 2 minutos, refrescada y escurrida.

La emulsión se consigue triturando todos los ingredientes, teniendo en cuenta que la porción de hoja de gelatina debe estar hidratada en agua, y que se incorpora al jugo de codium templado. Una vez conseguido, dejar enfriar.

Escamar el lenguado, sacar los 4 lomos, sazonar, marcar por la piel y reservar.

En una cazuela, poner un poco de mantequilla, el ajo y la chalota para rehogar todo suavemente. Añadir a continuación las espaldas del pescado bien limpias y desangradas y el cava, y terminar de cubrir con un poco de agua. Mantener el hervor durante 15 minutos para después colar y reservar.

En otra cazuela poner la cebolla pochada y cocinar en ella los callos de bacalao, rectificándolos de sal. Terminar la salsa del lenguado emulsionando la mantequilla.

Cocinar el lenguado a 180 °C aproximadamente durante 1 minuto.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Poner en el fondo del plato los callos de bacalao y a continuación la salsa del lenguado. Disponer encima el filete de lenguado, pintar con un poco de aceite de alga y completar con los puntos de la emulsión de codium y las hojas y pequeños dados de hinojo salteado.



Pincho de tortilla

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 6 personas)

Para las escamas de patata

80 g de fécula de patata

100 g de puré de patata en escamas

600 g de agua fría

Para la tortilla de patata y la crema de sifón

600 g de patata monalisa pelada

160 g de cebolla pochada

5 huevos enteros

4 yemas de huevo ecológico

Sal

Aceite de oliva

Poner en el vaso de la Thermomix la fécula, el puré y el agua a 80 °C durante 15 minutos y luego llenar con la mezcla moldes de silicona con la ayuda de una manga pastelera. Precalentar el horno a 140 °C con un 20% de humedad e introducir los moldes de silicona unos 15 minutos. Sacar del horno, bajar la temperatura a 65 °C sin humedad e introducir de nuevo los moldes para dejar que se sequen (120

minutos). Una vez desmoldadas las escamas de patata, colocarlas en la deshidratadora aproximadamente 3 horas y reservar.

Poner aceite al fuego y, cuando esté bien caliente, introducir la patata cortada en dados pequeños. Se quiere obtener una patata dorada que se dejará confitar en el aceite, después de pochada, hasta que se deshidrate bien.

Ecurrir el aceite de la patata y separar 200 g para mezclarla luego con 100 g de cebolla pochada y 5 huevos enteros. Rectificar de sal y triturar en el robot hasta obtener una pasta muy fina que se ha de pasar por el colador. Poner la pasta obtenida en el sifón con 2 cargas. Mezclar el resto de la patata en un bol con la cebolla confitada restante y las yemas. Rectificar de sal y poner en una manga.

Calentar aceite a 160 °C en una sartén e introducir las escamas con ayuda de una pinza. Reservarlas en papel absorbente.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Tomar 2 escamas bien escurridas, colocar sobre una de ellas la patata que tenemos en la manga y que hemos mantenido caliente al baño maría. Tapar con la otra escama de patata y sobre esta disponer la espuma de patata que habíamos colocado en el sifón. Terminar con un poco de cebollino picado.



MARIO SANDOVAL

COQUE Humanes, Madrid



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Los hermanos Sandoval recogieron pronto el testigo de sus padres para hacerse cargo de Coque, un asador familiar situado en Humanes, que adquirió fama por la magnífica factura de sus cochinillos asados. Si los esfuerzos de Diego al frente de la sala, y Rafa, encargado de la bodega, han sido primordiales para el salto del

restaurante, la labor de Mario ha sido decisiva. Porque el pequeño de los Sandoval no es solo un magnífico chef, sino un apasionado investigador de los sabores y de la esencia de los alimentos. Técnicas como la hidrólisis del huevo o sus estudios para recuperar algunas variedades de frutas y verduras de Madrid ponen de manifiesto una inquietud poco común en un cocinero que innova sin cesar y sin perder de vista lo que importa. Observada de cerca, la base de su cocina es asombrosamente tradicional, aunque a veces cueste reconocerla en unas presentaciones radicalmente vanguardistas. En 2017, el escenario de su propuesta gastronómica se traslada de Humanes a Madrid, pero en su saber hacer continúa presente el espíritu que ha hecho de Coque todo un hito de la buena mesa.

Coral marino

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 5 personas)

Para el puré de mejillón

1 kg de mejillón

50 cl de vino blanco

1 limón

20 g de aceite de oliva

1 hoja de laurel

Limpiar los mejillones y abrirlos con agua, 1 rodaja de limón, laurel y vino blanco. Una vez abiertos, quitarles la concha y retirar las hebras que puedan tener en el interior. Seguidamente, colar el caldo por una estameña y reservar. A continuación meter los mejillones en la Thermomix y tritararlos añadiéndoles su caldo, sal y aceite hasta conseguir consistencia de puré y reservar en biberón.

Para el tartar de gamba

20 g de gambas

3 g de aceite de oliva

2 g de sal

Pelar las gambas y retirarles la tripa. Una vez que estén limpias, picarlas a cuchillo muy fino, aliñar con aceite de oliva y sal, y reservar hasta el momento de emplatar.

Para la ensalada de algas

15 g de aceite de sésamo
10 g de semillas de sésamo
10 g de aceite de oliva
2 g de sal
50 g de alga wakame
50 g de alga lechuga de mar
50 g de alga espagueti de mar

Cocer las algas y después cortarlas en juliana. Aliñarlas con el aceite de oliva y de sésamo, la sal y las semillas de sésamo, y reservar.

Para los berberechos

10 berberechos
20 g de agua
10 g de aceite
2 g de majado de ajo y perejil
15 g de vino blanco

Lavar los berberechos con agua y sal, escurrirlos dejando un poco de agua y añadir aceite y el majado de ajo y perejil. Poner al fuego y seguidamente agregar el vino blanco. Tapar y esperar a que se abran. Una vez abiertos, reservarlos sin la concha en su caldo.

Para la nécora

1 nécora

1 l de agua
50 g de sal
1 hoja de laurel

Poner a cocer una cazuela con agua, sal en abundancia y el laurel. Cuando arranque a hervir, echar la nécora y dejar cocer 10 minutos. Después de este tiempo, retirar la cazuela del fuego, pero mantener la nécora dentro del agua hasta que se enfríe. Seguidamente pelar la nécora para obtener toda la carne y reservarla hasta la hora de emplatar.

Para la vieira

1 vieira
10 g de aceite de oliva
40 g de huevas de trucha

Meter la vieira dentro de una bolsa de vacío, espalmarla hasta obtener una lámina fina de vieira y congelar. Una vez congelada, cortar con un molde circular, rellenar con huevas de trucha, cerrar la vieira como si fuera una empanadilla y congelarla de nuevo. Antes de emplatar, se pinta con aceite para darle brillo.

Para la cabeza de chipirón

5 cabezas de chipirón

Limpiar las cabezas y, a la hora de emplatar, marcarlos en la plancha.

Para el papel de algas

80 g de lechuga de mar
80 g de wakame

80 g de espagueti de mar

Desalar las algas, cocerlas durante 1 hora, escurrir el líquido y meterlas en la Thermomix para triturarlas durante 15 minutos a 80 °C a velocidad 9. Una vez hecha la pasta de algas, estirla con un rodillo entre dos papeles sulfurizados y secar en mesa caliente a 45 °C durante 24 horas. Así se obtiene un papel fino que se moverá al contacto con el calor y la humedad.

Otros

10 g de alga wakame

10 g de alga lechuga de mar

10 g de alga espagueti de mar

Cocer las algas por separado y reservar hasta el emplatado.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un plato alargado colocar tres líneas: 1) tartar de gamba, 2) puré de mejillón y 3) ensalada de algas. Después, de izquierda a derecha encima de estas tres líneas, distribuir los ingredientes en el siguiente orden: 2 berberechos, wakame, carne de nécora, espagueti de mar enrollado, ravioli de vieira, lechuga de mar y cabeza de chipirón. Colocar el papel de algas cubriendo los purés.



Naranja al cava

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la corteza de naranja

600 g de zumo de naranja

40 ml de nata

14 g de xantana

50 g de azúcar

2 gotas de colorante naranja

Poner en un vaso todos los ingredientes y mezclar con una batidora hasta que quede todo homogéneo. Con una jeringuilla con la medida de 20 ml, inflar globos, rellenarlos con el líquido obtenido y cocerlos en nitrógeno líquido. Una vez congelado el producto, meterlo en el congelador y, pasados unos minutos, cortar la goma del globo y hacer un pequeño círculo para luego poder rellenarlo con la espuma. Reservar en el congelador.

Para la gelatina de cava

300 ml de cava

12 g de gelatina vegetal

Poner el cava en el rotaval a 45 °C durante 3 horas. Cuando el destilado pierda todo el alcohol, sacar la reducción y ponerla en un cazo con la gelatina vegetal. Dejar que rompa el hervor y poner en un molde rectangular para luego poder sacar los dados de gelatina.

Para la reducción de cava

300 ml de cava

60 g de azúcar

Poner en un cazo el cava y el azúcar y dejar reducir al fuego hasta que tenga la densidad de un sirope.

Para el candy de licor de naranja

250 g de azúcar

85 ml de agua

100 ml de licor de naranja

500 g de almidón de trigo

Poner el agua y el azúcar en un cazo y dejar que llegue a la temperatura de 100 °C. Retirar del fuego, añadir el licor y dejar infundir tapado durante 15 minutos. Transcurrido este tiempo, pasar la mezcla de cazo a cazo ocho veces para que el azúcar se cristalice. En una bandeja poner el almidón y dejarlo secar en la mesa caliente a 55 °C durante 12 horas. Retirar la bandeja de la mesa caliente, hacerle unos huecos al almidón con la ayuda de un corcho y rellenarlos con el líquido obtenido del licor y el azúcar. Tapar con el mismo almidón espolvoreando una capa fina y ponerlo de nuevo en la mesa caliente durante 12 horas a 55 °C. Sacar los candies con la ayuda de una brocha y reservar.

Para la espuma de naranja

1 l de zumo de naranja
200 g de nata
100 g de azúcar
6 hojas de gelatina
60 ml de licor de naranja
2 gotas de colorante de naranja

Mezclar todos los ingredientes menos la gelatina, que se habrá hidratado previamente en agua fría. Calentar un poco de cantidad en un cazo para que la gelatina se disuelva y añadirla al preparado. Meter en un sifón y dejar reposar en la nevera.

Para las migas de naranja

200 g de azúcar moreno
200 g de harina
200 g de nueces
200 g de mantequilla
6 unidades de naranja rallada
250 g de pistilos de naranjas nitro

Mezclar todos los ingredientes hasta hacer una pasta y hornear a 200 °C durante 20 minutos hasta que esté caramelizada.

Otros

10 g de flor de azahar
10 g de flor de tagete

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Pintar el plato con la reducción de naranja en forma de espiral, colocar en los cuatro polos un dado de gelatina de cava y encima las flores. En el centro del plato poner la naranja rellena de la espuma y el candy dentro como sorpresa. Se sirve muy frío.



PEPE SOLLA

CASA SOLLA San Salvador de Poio, Pontevedra



1 estrella Michelin, 3 soles Repsol

Pepe Solla es de sobra consciente del valor de la herencia que ha recibido. Por un lado, de sus padres, que le inculcaron el amor al oficio de cocinero y la exigencia del trabajo bien hecho en el restaurante familiar. Por otro, el de su tierra. Las raíces gallegas de

este hombre, natural y sereno, son profundas y se adentran de la tierra al mar. Su conocimiento de los pescados y mariscos que ofrece la ría que rodea su pueblo le da una ventaja decisiva a la hora de elaborar sus platos, pero su preparación no se limita a unos magníficos puntos de cocción o a una especial intuición en la cocina. De hecho, en sus inicios compaginó los fogones con el trabajo de sala y es un consumado sumiller, que ha llegado a conseguir importantes premios, y un magnífico gestor. En realidad, es un hombre de carácter renacentista, que disfruta de la música que escucha, y de la que toca, y de la cocina propia tanto como de la que otros preparan en lugares lejanos. De la suya, se puede añadir que es honesta, virtuosa y sobre todo exquisita.

Calabaza, queso, rúcula y ajo negro

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la calabaza

1 calabaza

Mantequilla clarificada

Cortar la calabaza en 2 mitades longitudinales, ponerla boca abajo en una fuente de horno con papel absorbente y asarla durante aproximadamente 25 minutos a 180 °C hasta que esté bien tierna. Luego, con la ayuda de una cuchara, mientras está templada, vaciarla e introducirla en un vaso de túrmix con la mantequilla clarificada (10% del peso de pulpa de calabaza), dar punto de sal y pimienta, colar y reservar.

Aparte, con un poco de calabaza, hacer dados de 1 x 1 cm, cocerlos hasta que estén tiernos y reservar.

Para la crema de queso de ahumado

600 g de queso ahumado San Simón

300 g de nata

150 g de leche

Sal y pimienta

2 hojas de gelatina

Pelar el queso y trocearlo en dados. Luego calentar la leche con la nata, infundir la piel del queso en la mezcla, colar y calentar el conjunto a 65 °C. A continuación fundir en esta base la gelatina previamente remojada, retirar del fuego e introducir el queso troceado, para luego dar punto de sal y pimienta, colar y dejar reposar 12 horas en frío. Pasado este tiempo, montar con cuidado y reservar.

Otros

1 diente de ajo negro

1 manojo de rúcula

Secar el ajo en horno a baja temperatura y hacer un polvo con él.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Templar el puré de calabaza asada, disponer un montoncito en el centro del plato y colocar sobre él unos dados de calabaza cocida. Poner encima una quenelle de crema de queso y, a un lado, unas hojas de rúcula. Terminar el plato con el polvo de ajo negro.



HERMANOS TORRES

DOS CIELOS Barcelona



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Viendo a Javier y a Sergio Torres charlar y bromear entre sí, uno se los puede imaginar perfectamente de niños, jugando en la cocina de su abuela Catalina, que despertó en ellos el placer de la comida. Su punto gamberro se atenúa en el trabajo diario de Dos Cielos (el apelativo cariñoso por el que se dirigían a ellos sus parejas), en donde se convierten en dos máquinas precisas y silenciosas. Aunque habían trabajado antes juntos, es en 2008, y en este local a veinticuatro pisos del suelo, cuando sus capacidades y experiencias se ensamblan definitivamente. Algunas de estas experiencias son comunes, como el viaje a Brasil que tanta influencia tuvo en ambos, y que les dio la oportunidad de abrir un establecimiento en São Paulo y otro en Río de Janeiro. Otras, individuales, adquiridas en distintos

restaurantes de España, Francia y Suiza. Juntos realizan una cocina redonda y sin fisuras, que en 2017, conquistada ya Barcelona, expande sus dominios a Madrid, llena como siempre de guiños exóticos y de encuentro con sus raíces catalanas.

Tomate de invierno, capellanes, encurtidos y salazones

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 2 personas)

Para el relleno

2 tomates pera

5 g de alcachofa

6 g de hinojo marino

10 g de alcaparras

5 g de cebolla holandesa

15 g de oliva gordal

15 g de capellán seco desmigado

4 g de apio blanco

Aceite de oliva virgen extra

Sal

Pimienta

Vinagre de Jerez

Envasar en bolsas de vacío los tomates enteros con unas gotas de aceite de oliva virgen extra y cocerlos al horno a vapor a 90 °C durante 30 minutos. También se pueden confitar en aceite si no se

tiene horno a vapor. Mientras tanto, cortar en brunoise todos los ingredientes del relleno, menos el capellán desmigado.

Una vez cocidos los tomates, sacarlos de la bolsa y escurrir bien el agua. Pelarlos, vaciarlos de pepitas y corazón y picarlos ligeramente más grandes que la brunoise anterior. A continuación mezclarlos en un bol con el capellán seco desmigado y el resto de los ingredientes y aliñar como si se tratase de una ensalada, con aceite de oliva virgen extra, sal, pimienta y vinagre de Jerez.

Cuando esté todo aliñado, meter la mezcla en una manga pastelera y rellenar moldes de semiesfera. Cubrir con film para que quede una base lisa y congelar.

Más tarde, una vez congelado, juntar dos medias esferas para hacer esferas perfectas y dejar endurecer en el congelador.

Para el baño

300 g de puré de tomate natural

3 g de Kappa gelificante

Mezclar el Kappa gelificante con el puré de tomate y levantar el hervor en un cazo estrecho. Con ayuda de unos alfileres, pinchar las esferas congeladas y bañarlas en el puré tres o cuatro veces. En cuanto el puré caliente entre en contacto con la esfera helada, se endurecerá. Dejar descongelar las esferas en cámara frigorífica.

Para el consomé de tomate y aceituna

500 g de tomate pera

20 g de aceituna muerta

20 g de aceituna manzanilla

150 g de salmuera de la aceituna manzanilla

2 unidades de hoja de gelatina

Triturar todos los ingredientes con la ayuda de un brazo batidor y colocar la mezcla en una estameña de tela para drenar el líquido clarificado lentamente. Cuando se tenga el consomé listo, calentar una décima parte y disolver las hojas de gelatina previamente hidratadas. Cuajar 3 o 4 cucharadas de la gelatina en boles o platos hondos.

Otros

1 oliva gordal

1 sardina ahumada

15 g de hueva de atún salada

15 g de apio blanco

1 alcachofa

2 hojas de hinojo marino encurtidas

1 cebolla holandesa fina

2 alcaparras

10 g de hueva de pez volador

15 g de hueva de maruca

2 flores de romero

5 g de escarola frisée

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Cortar en dados del mismo tamaño la oliva gordal, la sardina, el apio, el corazón de la alcachofa y la hueva de atún y reservar. A continuación, cortar la parte verde de la cebolla holandesa en rodajas muy finas y separar 2 para cada plato que se vaya a emplatar.

Separar también 2 puntas de escarola. Cortar la alcaparra en 2 mitades y separar 2 hojas de hinojo marino.

Con todos los ingredientes preparados, solo queda emplatar. Colocar encima del consomé gelificado los 12 componentes siguiendo el esquema de un reloj de agujas. Aliñar las esferas con aceite, sal, pimienta y colocarlas en el centro de cada plato.



Rodaballo, almendras tiernas, flores de saúco y manzana ácida

Armonizar con

CAVA GRAN RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

1 rodaballo de 1,5-2 kg

2 manzanas ácidas granny smith

Flores de saúco

32 almendras tiernas

Aceite de oliva virgen extra

Para la salsa

Espina del rodaballo

2 zanahorias

2 cebollas

1 puerro

¼ de bulbo de apio

¼ de hinojo en bulbo

4 bayas de pimienta de Indonesia

2 ramas de citronela

3 hojas de lima kéfir

25 g de aceite de oliva suave

200 ml de aceite de girasol

½ lima

Para la gelé de almendra tierna

1 kg de la piel de las almendras amargas

4 almendras tiernas enteras

1 l de agua mineral

1 lima

20 g de azúcar

Agar-agar

Para la crema de menjar blanc

100 ml de leche

12 almendras marcona (crudas)

100 ml de aceite de oliva suave

100 ml de aceite de girasol

2 cucharadas de licor de almendra amarga

Sal

Limpiar y filetear el rodaballo, y reservar la espina y la cabeza tras haber retirado ojos y agallas. Colocar los filetes uno encima del otro (el de la piel negra con el de la piel blanca), de forma que quede un lingote en 2 trozos. Reservar.

Cortar la espina y la cabeza en trozos pequeños y limpiar y cortar la verdura en dados grandes para preparar la salsa. Poner una olla al fuego con un chorrito de aceite de oliva suave y rehogar ligeramente la cebolla sin que coja color. Cuando esté ya transparente y pochada, añadir el resto de las verduras y dejar cocinar unos minutos antes de añadir la citronela, la pimienta de Indonesia y las hojas de lima kéfir. Añadir las espinas y un poco de agua que no llegue a cubrirlas, ya que al cocinar estas soltarán agua. Dejar cocinar el caldo 5 minutos y

después apartarlo del fuego y taparlo con film para que infusione bien durante 5 minutos.

Transcurrido ese tiempo, colar el fondo por una estameña fina, para eliminar posibles impurezas.

Una vez que el caldo esté colado, devolver al fuego muy suave y reducir para concentrar sabores y colágeno, lo que ayudará a ligar la salsa.

Mientras la salsa se reduce, triturar en un vaso batidor las pieles de almendra tierna junto con las 4 piezas enteras, el azúcar, un chorrito del zumo del limón y el agua. Triturar a máxima potencia y, posteriormente, colar el resultado, usando un trapo de algodón para eliminar cualquier partícula de las cáscaras de las almendras y obtener así, únicamente, el jugo de las mismas.

En un cazo, disolver 5 g de agar-agar en 0,5 litros del agua de las cáscaras de almendras y calentar por encima de los 85 °C. Una vez alcanzada la temperatura, disponer en una bandeja cuya medida permita hacer una capa en el fondo para que se cuaje la gelé. Dejar enfriar sin mover la bandeja hasta que se solidifique el líquido. Cuando adquiera consistencia, meter en la nevera y dejar reposar un mínimo de 1 hora. Para terminar la salsa del rodaballo, cuando se haya reducido considerablemente y haya adquirido una textura más untuosa y colaginoso, retirar del fuego y, con ayuda de unas varillas, incorporar el aceite de girasol, dejándolo caer poco a poco sin dejar de batir con las varillas para emulsionar la salsa, agregar unas gotas de lima para ayudar a ligar y aportarle un punto refrescante a la salsa. Cuando la salsa adquiera una textura untuosa y capaz de napar el pescado, reservar.

En un vaso alto de túrmix, montar la crema de menjar blanc. Para ello, triturar las almendras marconas, la leche, un pellizco de sal y las 2 cucharadas de licor de almendra amarga hasta conseguir una mezcla homogénea y montar a modo de mayonesa, añadiendo el aceite de girasol primero y terminando con el de oliva suave hasta lograr una lactonesa, a la que se puede agregar más licor o más sal según convenga. Reservar en manga pastelera.

Cortar la manzana verde a daditos de 0,5 cm de arista y pelar las almendras sacándoles la piel, para usar únicamente las almendras tiernas del interior que hay que retirar con sumo cuidado para no estropearlas. Cortar también con ayuda de un aro de unos 15 cm la gelé de la cáscara de las almendras y disponer un disco en cada plato. Aprovechando todo el perímetro del disco de gelatina, colocar alternando la crema de menjar blanc, los daditos de manzana, las flores de saúco y las almendras tiernas peladas, dejando un espacio para colocar la pieza del rodaballo.

Salpimentar el pescado y marcar en la plancha, del lado de la piel, una vez bien marcado juntar de nuevo los 2 filetes e introducir en el horno a 180 °C durante unos 4-5 minutos. Transcurrido ese tiempo, retirarlo del horno y sacar la piel negra del rodaballo porque es tosca a la hora de comer. Montar los 2 trozos de cada ración y colocar en el espacio que reservado encima del disco del agar-agar de almendras amargas.

Calentar ligeramente la salsa y napar el rodaballo. Un cordón de aceite de oliva virgen extra culminará el plato.



ÓSCAR VELASCO

SANTCELONI Madrid



2 estrellas Michelin, 3 soles Repsol

Martín Berasategui y, por supuesto, Santi Santamaría son las dos personalidades que más han influido en la cocina de Óscar Velasco, un chef que, a pesar de su juventud, está hace años en disposición de marcar otras trayectorias profesionales. Su filosofía al frente del restaurante Santceloni se centra, según confiesa, en respetar la

estacionalidad y la calidad de las materias primas con las que trabaja. Obviando su humildad, la labor de Velasco va más allá, y aporta al proyecto que inició su mentor mucho más de lo que admite: la técnica aprendida, sí. El juicio y el talento innato, también. La capacidad de formar equipos compactos y solventes, por supuesto. Su herencia segoviana se combina perfectamente con la tradición catalana en platos armoniosos y delicados de imborrable recuerdo. En su trabajo diario cuenta con la complicidad de Abel Valverde, que mima al comensal en la sala, y de David Robledo, al frente de la reputada bodega.

Bivalvos al aroma de cava e hinojo

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los bivalvos

12 berberechos gordos

12 navajas grandes

4 ostras de tamaño medio

Vino blanco

Poner los berberechos con un chorro de vino blanco en una bandeja. Colocar al fuego un cazo, sin nada y, cuando esté muy caliente, volcar en él la bandeja de los berberechos con el vino, tapar inmediatamente y mantenerlo al fuego unos 20 segundos. Comprobar que prácticamente todos los berberechos se hayan abierto y volcar todo sobre un baño maría frío para cortar la cocción.

Una vez fríos, sacar los berberechos de las conchas, colar el caldo y, con una pequeña parte, cubrir los berberechos para que no se resequen. Reservar el resto del jugo para la sopa.

A continuación, envasar las navajas en una bolsa al vacío y cocinarlas a 55 °C en la ronner durante 10 minutos. Transcurrido ese tiempo las ponemos en un baño maría frío para cortar la cocción. Una vez frías, abrimos las bolsas. En muchos casos las navajas se abren

solas, pero si queda alguna cerrada, se termina de abrir con la ayuda de una puntilla. Reservar las navajas por un lado y el jugo por otro.

Seguidamente, abrir las ostras y reservarlas de la misma manera: las ostras por un lado y el jugo aparte.

Para el puré de coliflor

100 g de coliflor

20 g de mantequilla

Poner una cazuela con agua y sal al fuego y, cuando empieza a hervir, añadir la coliflor troceada y mantener a fuego vivo 10 minutos hasta que esté cocinada. Escurrirla y ponerla en la Thermomix, junto con la mantequilla.

Para el puré de hinojo

250 g de bulbo de hinojo en juliana lo más fina posible

20 cl de aceite de oliva virgen

100 cl de caldo de verdura o agua

20 cl de nata

Poner en una cazuela a fuego suave el aceite y el hinojo en juliana, con una punta de sal, rehogarlo durante unos 20 o 25 minutos, sin que tome color, mojar con el caldo de verdura o el agua y dejar que hierva 5 minutos más. Añadir la nata y, cuando empiece a hervir, triturar, colar y reservar en frío.

Para el jugo de bivalvos

70 g de puré de hinojo

Piel de 1 limón

80 cl de agua de los bivalvos

40 cl de cava

Pimienta negra molida

10 g de aceite de oliva virgen

En un bol, poner el jugo de abrir las ostras, todo el agua de las navajas y, por último, la de los berberechos, hasta completar los 80 cl. Añadir el puré de hinojo, la ralladura de piel de limón, la pimienta negra molida, un chorro de aceite de oliva y el cava y, con ayuda de una varilla, mezclarlo todo bien.

Otros

4 piezas de hinojo mini

60 g de col cortada en juliana lo más fina posible

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Hacer una lágrima con el puré de coliflor en un plato soperero y colocar al lado col e hinojo cortados en bastones. Poner la ostra encima de la col y distribuir los berberechos y las navajas por el plato para que en cada cucharada el comensal encuentre las diferentes guarniciones con los distintos mariscos. Para terminar, repartir un chorro de aceite de oliva por encima de los mariscos y servir con el caldo de bivalvos y cava.



Raviolis de ricota ahumada, caviar, anchoa y aceitunas

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para los raviolis de ricota

24 láminas de pasta italiana circulares de 12 cm de diámetro

120 g de ricota

1 yema de huevo

Para el puré de hinojo

250 g de hinojo cortado en juliana

40 g de cebolleta tierna en juliana

20 cl de aceite de oliva suave

10 cl de caldo de verdura

2 cl de nata

Aceite de yema de huevo y anchoa

20 g de anchoa en salazón

10 cl de aceite de oliva arbequina

1 yema de huevo cocido

20 g de aceitunas arbequinas picada fina

Perejil picado

Otros

100 g de caviar

Pimienta de expellette

Ponemos la ricota en la ahumadora y la ahumamos 30 minutos con sarmientos. Transcurrido ese tiempo, lo mezclamos bien, lo ponemos en una manga pastelera y lo guardamos en la nevera.

Sobre una mesa, estiramos la pasta italiana y la pintamos con la yema de huevo, batida, con un poco de agua. Cogemos la manga de la ricota y la repartimos encima de cada uno de los círculos de pasta italiana, en el medio de estas. Una vez terminamos, lo doblamos por la mitad y presionamos los bordes con los dedos. Lo reservamos en la nevera.

Para el puré de hinojo ponemos en una cazuela el aceite de oliva, a fuego suave, añadimos la cebolleta y la rehogamos 5 minutos. Transcurrido el tiempo añadimos el hinojo y lo pochamos 25 minutos más aproximadamente, es importante que no tome color. Mojamos con el caldo de verdura y con la nata y dejamos que hierva otros 5 minutos. Ponemos a punto de sal, lo trituramos en la Thermomix y colamos por un chino fino, para que nos quede un puré fino. Reservamos caliente.

La yema de huevo cocido la pasamos por un colador y la mezclamos con el resto de los ingredientes: anchoa, aceite, aceituna y perejil picado. Lo mezclamos bien.

Para terminar el plato, cocemos los raviolis en abundante agua salada con un chorro de aceite de oliva.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Con el puré de hinojo caliente, pintamos unas lágrimas en los platos y encima ponemos los raviolis recién sacados del agua calientes, pero bien escurridos. Pintamos los raviolis con el aceite de yema de huevo y anchoa, los ponemos una punta de pimienta de expelette y encima de cada ravioli terminamos el plato poniendo una cucharada de caviar.



DAVID YÁRNOZ

MOLINO DE URDÁNIZ Urdániz, Navarra



1 estrella Michelin, 2 soles Repsol

En un pueblo escondido de poco más de cien habitantes se encuentra una de las direcciones imprescindibles de la gastronomía navarra. El Molino de Urdániz es la materialización de la sensibilidad y la honradez en los fogones de David Yárnoz, un joven cocinero que inició sus pasos en la restauración como camarero en el modesto negocio de su familia. Como su cocina, David es un hombre tranquilo y alegre, que transmite lo mejor de su tierra, convencido de la grandeza del producto. La naturaleza está siempre presente en sus platos, bien sea en papeles protagonistas, como en las cebolletas cocinadas en grasa de avellanas, o en gloriosas actuaciones secundarias, como en su apio, pato y melisa pechuga de pichón asada. La rapidez con que David ha alcanzado niveles de maestría y

el mimo con el que trata hasta el último detalle de su propuesta hacen que podamos esperar de él siempre nuevas sorpresas y sensaciones.

Cebolleta cocinada con grasa de avellana

Armonizar con

CAVA RESERVA BRUT NATURE

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la mantequilla de avellana

100 g de mantequilla de calidad

Clarificar la mitad de la mantequilla, separar el suero de la grasa y reservar esta para otras elaboraciones. Añadir la otra mitad de mantequilla en la cazuela en la que hemos reservado el suero. Poner nuevamente al fuego y mantener la cocción hasta que alcance el aroma y el color de la avellana (comprobar cogiendo un poco de esta grasa en una cuchara y viendo el color que tiene), en este momento retirar del fuego y colar sobre un recipiente colocado en un baño invertido. Controlar bien este momento para evitar que se pase el punto de la mantequilla y adquiera aromas no deseados. (Es muy importante emplear una mantequilla de calidad.)

Para cebolletas asadas

4 cebolletas

80 g de aceite de oliva virgen extra

2,5 g de sal

Asar las cebolletas sobre una brasa de sarmiento o carbón vegetal, a media altura, para evitar que tomen excesivo color. Mantener la cocción el tiempo necesario para que el interior de la cebolleta esté cocido, pero siga conservando cierta consistencia. Dejar reposar unos minutos, cortar longitudinalmente la cebolleta, en 2 mitades, y estas a su vez en otras 2. Desechar las primeras capas e ir deshojando el resto. Quitar la primera telilla que recubre cada capa y reservar en un lugar cálido, con un dado de mantequilla de avellana sobre cada una de ellas, para que se vayan impregnando del aroma de la mantequilla y un pellizco de sal.

Para caldo de calamar

400 g de calamares

100 g de cebolletas

1 l de agua

¼ unidad de guindilla

Saltear los calamares hasta lograr un caramelizado homogéneo. Añadir la cebolla, tapar y dejar estofar unos minutos, mojar con el agua y dejar cocer 30 minutos, colar y reducir a la mitad. Limpiar y reservar el caldo.

Para huevas de calamar

100 g de caldo de calamar

3 g de tinta de clamar

1 g de agar

0,5 l de aceite de girasol

Colocar en un cazo el caldo de calamar. Incorporar la tinta de chipirón y el agar. Hervir, colar y, con la ayuda de unas pipetas, verter gota a

gota sobre un recipiente con aceite de girasol, colocado este en un baño invertido (agua con hielo). Reservarlas en el aceite hasta que las utilicemos. En el momento de usarlas, primero hay que lavarlas con agua tibia para eliminar toda la grasa que las recubre.

Otros

3 unidades de cebollino rizado

2 unidades de flor (cebollino/rúcula)

2 unidades de brotes de rúcula

2 unidades de brotes de alholva

ACABADO Y PRESENTACIÓN

En un plato llano con cavidad honda colocar de forma irregular las lascas de la cebolleta, las huevas de chipirón (tras pasarlas unos segundos por agua tibia para que se desprenda la grasa que las recubre) y los brotes, y rociar con la mantequilla de avellana.



Quínoa estofada con miso y cava, crema acidulada de erizos, zanahorias y coral de vieiras

Armonizar con

CAVA ROSADO

INGREDIENTES Y ELABORACIÓN

(para 4 personas)

Para la quínoa

80 g de quínoa

20 g de miso rojo

2 g de ajos

25 g de cebolleta

25 g de jengibre

0,05 l de cava

Aceite de oliva virgen extra

0,2 l de caldo de ave y cerdo

Picar la cebolleta, el ajo y el jengibre, rehogar unos minutos antes de incorporar la quínoa y mojar con la mitad del cava. Dejar reducir e incorporar el caldo hirviendo (reservar la otra parte del cava para diluir el miso). Cocer durante 12 minutos, retirar del fuego y añadir el miso diluido en el cava.

Para las zanahorias

40 láminas de zanahoria

Aceite de ajo

Poner un recipiente con agua a hervir. Lavar, pelar y cortar tiras regulares de zanahoria, escaldarlas 20 segundos y sacarlas a un recipiente de agua con hielo. Extraerlas y secarlas. Aderezarlas con sal, pimienta y aceite de ajo. Mantener en un lugar cálido hasta el emplatado.

Para la crema de erizos

120 g de yemas de erizo

12 gotas de zumo de limón

50 g de aceite neutro

Sal

Abrir los erizos por la parte de la boca y extraer las yemas. Lavarlas en agua con sal, dejar escurrir y colocar en un vaso triturador. Incorporar el aceite neutro y el zumo de limón, emulsionar y corregir el punto de sal si fuera necesario.

Para el coral de vieiras

Coral de vieira

Salmuera

Extraer el animal de las conchas, separar cuidadosamente de la nuez los interiores y el coral de la vieira, retirar de la nuez la parte más dura (la uña) y reservar la nuez para otras elaboraciones. Separar los corales del resto de los interiores y barbas, lavarlos en una salmuera y deshidratarlos. Una vez secos (la textura se asemeja a la de una mojama), cortarlos con una laminadora.

Otros

Unos tagetes (flor con tonos naranja/rojo)

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Espolvorear polvo de coral de vieira en la base del plato, disponer la quínoa de forma aleatoria, 3 láminas de zanahoria, 8 láminas de coral deshidratado y la crema ácida de erizos. Terminar con las flores.



Cócteles con cava

El cava también puede ser el perfecto cóctel



EL CAVA, UN MÍXER CON MUCHO FUTURO

DAMIÀ MULA

El vino espumoso, desde los principios de la coctelería, ha tenido mucho que ver en la elaboración de cócteles, pues se ha utilizado su glamour y su frizante y especial carbónico para elaborar mezclas de gran perdurabilidad en los recetarios de la coctelería.

Una de las primeras pruebas de ello es fijarse en las copas que se usaban en la época de la Ley Volstead, más conocida como la ley seca de Estados Unidos, vigente desde 1920 hasta 1933. Si nos fijamos en algunas recetas de estos años, podemos ver que en muchas de ellas la copa que se usaba era la *couppette* o *pompadour*, fuera o no el vino espumoso ingrediente de ese cóctel. Y es que la aureola de elegancia y de glamour que siempre ha acompañado al champán, *spumante* o vino espumoso fue usada en aquellos años de prohibición para dar a algunos cócteles un toque de distinción con el que, en principio, solo querían hacer alargar el alcohol o, en otros casos, esconderlo. ¿Cómo no iba a ser más acertado servir el cóctel en una copa que la gente relacionaba con el estilo y la finura de una bebida que ya estaba firmemente instalada en la alta sociedad y también en la baja y clandestina?

Sí que es verdad que en esa época el vino espumoso más conocido en el otro lado del Atlántico y en los países anglosajones era el champán francés o *spumante*, pues el glamour de todo lo francés estaba ya muy extendido entonces y, además, una gran parte de los inmigrantes de Estados Unidos procedían de Italia.

Hoy día nos encontramos con que el cava está ganando muchísimos adeptos en locales de coctelería de Estados Unidos. Muchos *bartenders* americanos encuentran en él un sustituto perfecto y más asequible que el champán para sus recetas artesanas, y eso hace que los consumidores, en este caso los *bartenders* americanos, descubran las inmensas cualidades del cava.

Durante muchas décadas, el espumoso ha estado ligado a la coctelería clásica de una forma medio secundaria, ya que ha sido un buen compañero de mezclas sencillas en su elaboración, pues les ha transmitido su reconocido glamour dándoles una imagen más elegante.

El cava siempre se ha asociado a la comunión social, a las celebraciones familiares y a las festividades populares, y ello hizo que nacieran en su momento muchas recetas de la mixología antigua, como los *punchs*, los *cups*, etc. Cócteles que, por su tipo de servicio (en grandes recipientes, como poncheras o jarras), provocaban que los clientes se unieran en grupos y que fuera inevitable que hablaran y se relacionaran entre ellos cuando se agolpaban alrededor de esos recipientes para servirse los deliciosos brebajes.

Soy de la opinión de que, cada vez más, la gastronomía, en general, y la coctelería, en particular, beben de los productores cercanos, de los llamados productos kilómetro 0, más frescos y ecológicos. Por eso creo que como bármanes que trabajamos donde

la producción del cava nos hace internacionalmente conocidos deberíamos potenciar más la creación de cócteles realizados con este tipo de productos. Además, por otra parte, en los clientes hay una tendencia cada vez más extendida de pedir cócteles sin tanto aporte alcohólico, ya sea porque se está imponiendo el cuidarse más o porque el consumo de productos sanos y ecológicos se está arraigando. En cualquier caso, en el cava tenemos una opción más que plausible e interesante para dar un carácter más autóctono a nuestros cócteles y del que estar orgullosos. Muchas veces vamos a buscar productos de fuera de nuestro territorio porque desconocemos los que tenemos más cerca.

El cava siempre ha sido una primera opción en mis cócteles, y espero y deseo que algún día también lo sea de muchos de mis colegas de profesión, para que en nuestras creaciones dejemos de darle a este vino excepcional un papel secundario de gran compañero o de complemento de recetas y le otorguemos por fin un merecido reconocimiento y el protagonismo que se merece.

Levantemos las copas hacia el cielo y brindemos. ¡¡¡Larga vida al cava!!!

MARC ÁLVAREZ

ENIGMA Barcelona



Marc Álvarez comenzó muy joven a desempeñar distintas ocupaciones esporádicas en la hostelería y, durante varios años, compaginó estos trabajos con sus estudios, en parte para poder costearse la carrera de Biología en la Universidad Autónoma de Barcelona. Sin embargo, su verdadera vocación estaba más en

consonancia con sus primeros encargos y, cuando comenzó a profundizar en la ciencia de la mixología, se enamoró de esta profesión y de todo lo que le ofrecía. Después de trabajar en algunos locales del cosmopolita barrio de El Born barcelonés, recaló en el 41º, el espacio de coctelería del famoso restaurante Tickets de Albert Adrià. Fue allí donde demostró que los cócteles pueden ser el mejor maridaje para una comida distinta y, desde luego, original. Tras representar a España en varios certámenes internacionales, hoy es *group bar manager* del Grupo elBarri, responsable de los combinados de Enigma y de las barras de los diferentes locales, y su juventud y empuje auguran que lo mejor está por venir.

BEET ROYAL

INGREDIENTES

(para 1 copa)

45 ml de premix BR

150 ml de cava brut nature

Flor de pensamiento

Para el premix BR (para 20 copas)

1.400 ml de Sobogard de cereza

50 ml de Cassis Licor

170 ml de zumo de remolacha

ELABORACIÓN

En un recipiente hermético mezclar Sobogard de cereza, Cassis Licor y zumo de remolacha para preparar el premix BR, y a continuación servir los 45 ml de premix BR, completar la copa con el cava y decorar con flor de pensamiento.

Este cóctel está inspirado en un aperitivo clásico, el Kir Royal, que mezcla una crema de Cassis con champán. El concepto es el mismo, pero en Beet Royal se opta por una mezcla de cereza con remolacha, ya que son dos ingredientes que combinan con el espumoso, en este caso un cava brut nature.

YSERE

INGREDIENTES

(para 1 copa)

35 ml de dry gin

25 ml de zumo de lima

15 ml de chartreuse

10 ml de sirope de nuez moscada

90 ml de cava brut nature

Nuez moscada rallada

Para el sirope de nuez moscada

400 g de miel de flores

100 ml de agua

2 g de nuez moscada rallada

ELABORACIÓN

En primer lugar, preparar el sirope de nuez moscada. Para ello hay que poner a calentar en una olla la miel de flores, el agua y la nuez moscada rallada, y cuando el jarabe esté bien homogéneo, dejar enfriar y reservar en un frasco de cristal o un biberón.

Una vez que se haya enfriado el sirope de nuez moscada, verter 10 ml en una coctelera junto al dry gin, el zumo de lima y el chartreuse y batir energéticamente. Hacer doble filtrado sobre la copa de cóctel, completar con el cava y decorar con nuez moscada.

Cóctel fresco, cítrico, con toques de especias cálidas. El cava aporta en este caso un toque de burbuja que ayuda a que esta mezcla sea refrescante, rica en matices y versátil.

DIEGO CABRERA

SALMÓN GURÚ Madrid



Su currículum es apabullante, sobre todo teniendo en cuenta que hasta hace nada muy pocos entendían el oficio de coctelero. El argentino Diego Cabrera se dio a conocer en España gracias a su trabajo junto a Sergi Arola, primero en el Hotel Arts de Barcelona y más tarde en el restaurante que el cocinero catalán tenía en Madrid. En poco tiempo, esta última barra se convirtió en una de las más populares de la ciudad por conseguir recuperar la esencia más sofisticada de la cultura del cóctel. Después de aquello, en 2010 se embarcó en Le Cabrera, un espacio que transformó el concepto de tomarse un cóctel, gracias a sus interminables referencias y a su didáctica manera de servirlos. Tras su salida en 2013 de ese proyecto, funda Twist de Naranja, empresa con la que asesora las cadenas de hoteles NH Collection y Mercer. En 2016 inaugura su espacio más personal: Salmón Gurú, ubicado en la madrileña calle

Echegaray, y que en muy poco tiempo se ha convertido en un imprescindible, con su rompedora «mesa del barman» o su salón «underground», entre otras muchas sorpresas. En la actualidad se encuentra inmerso en diferentes proyectos que pronto verán la luz.

BULLES

INGREDIENTES

(para 1 copa)

3 cl de pisco acholado Demonio de los Andes

4 gotas de amargo de menta Fee Brothers

4 gotas de amargo de ruibarbo Fee Brothers

1 cl de zumo de limón

2 cl de sirope de azúcar

10 cl de cava

ELABORACIÓN

Poner todos los ingredientes, excepto el cava, en una coctelera con hielo y batir bien para enfriar.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Servir colando sobre una copa de flauta fría previamente perfumada con piel de limón y completar con cava.

CREEP

INGREDIENTES

(para 1 copa)

2 cl de vodka

0,5 cl de licor de menta

4 gotas de amargo de melocotón Fee Brothers

1 terrón de azúcar blanco

Piel de lima

10 cl de cava

ELABORACIÓN

Directamente en una copa flauta fría agregar el vodka frío y el terrón bañado con los amargos. Perfumar con la piel de lima y completar con el cava.

JAVIER DE LAS MUELAS

DRY MARTINI Barcelona



Resulta irónico que un médico que ejerció incluso la psiquiatría por un tiempo sea uno de los mejores bármans del mundo. Cosas de la vocación. Javier de las Muelas se inspiró en el escritor Raymond Chandler y en su novela *El largo adiós*, en la que se describía un cóctel elaborado a base de ginebra, lima y soda, para bautizar su primera coctelería, Gimlet, una referencia desde hace más de treinta años (aunque el bum de la mixología sea mucho más reciente). Javier es una figura de reconocido prestigio por su talento tras las barras. Su Dry Martini de Barcelona está considerado uno de los mejores establecimientos del mundo. Además de ejecutar con maestría los cócteles y combinados «de libro», se atreve con creaciones de cosecha propia que están a la altura de los clásicos. Suyos son los dry frappés, en los que utiliza destilados con maceraciones naturales, los singulares spoon martinis, ideados para tomar con cuchara, o la

arriesgada coctelería a partir de distintas cervezas. Como buen barman, es culto y buen psicólogo, con una conversación inagotable.

CHINESE SUITE

INGREDIENTES

(para 1 cóctel)

1 golpe de angostura de naranja

1 cucharada de sirope de cerezas luxardo

1 cl de marraschino

2 cl de licor de lichi

3 cl de zumo de arándanos

8 cl de cava brut

Flores comestibles

Frutos

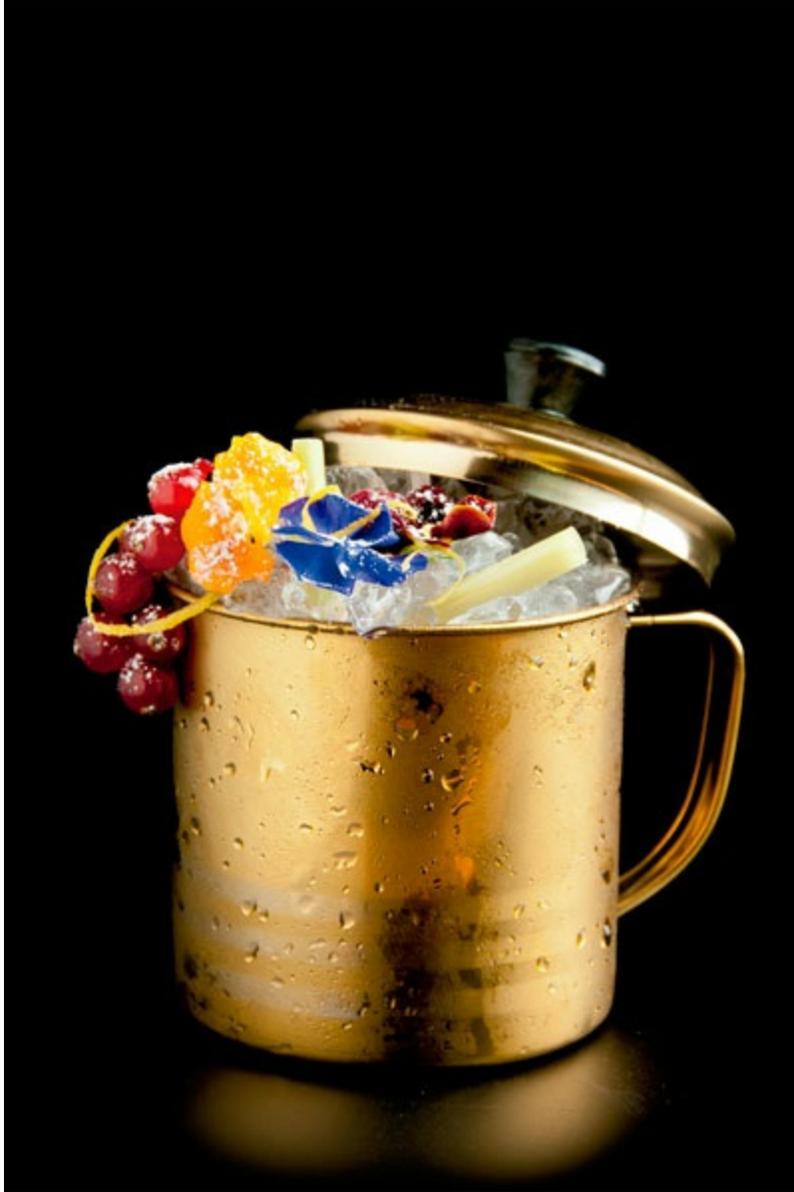
Citronela

ELABORACIÓN

Servir los ingredientes, excepto el cava, en una taza de té china metálica o bien en una copa de cóctel grande. Añadir hielo pilé y remover con una cucharilla de bar. Servir cava y remover con suavidad.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Decorar con flores comestibles, frutos rojos y citronela.



FRENCH 75

INGREDIENTES

(para 1 cóctel)

1 cucharilla de bar de licor Galliano

1,5 cl de zumo de limón

1 cl de sirope de caña

3 cl de ginebra Premium

10 cl de cava brut

1 cereza marraschino

1 rodaja de piel de limón

ELABORACIÓN

Batir en coctelera durante 10 segundos todos los ingredientes, salvo el cava, y luego servir el cóctel en vaso highball. Seguidamente añadir el cava y remover de forma delicada para conseguir una mezcla perfecta.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Decorar el cóctel con 1 cereza marraschino y 1 rodaja de limón.



DAMIÀ MULA

CETT Barcelona



Comenzó con las mezclas a la edad de 10 años, cuando su padre se aficionó a la elaboración autodidacta de cócteles en casa. Inició estudios de cine e interpretación, compaginándolos con trabajos en la hostelería, hasta que decidió hacer lo que todos sus allegados le decían: que hiciera de su vocación un trabajo. Tuvo la suerte de trabajar en lugares como el restaurante Reno, con Jean Luc Figueras y en el catering de El Bulli, realizando trabajos de responsabilidad como camarero, maître de sala y afinador de quesos. Montó su empresa de asesoría para la restauración a la edad de 25 años, creando planes de formación y una pequeña cooperativa sin ánimo de lucro, llamada Sinergias. De pensamiento inquieto, comenzó a tener contacto profesional con la coctelería en JB Nightology, eventos de El

Bulli, y luego con la coctelería Milano con Juanjo González y Yannaida Prado, pasando por las barras de Héctor Henche, y finalmente supervisando la coctelería Elephanta del emblemático barrio de Gracia de Barcelona. Su pensamiento inquieto le llevó a hacer una incursión en Nueva York, donde obtuvo el diploma de *bartender* de Estados Unidos. Desde hace tres años es responsable (coordinador, profesor y creador del plan de estudios) del primer curso universitario de Coctelería del Estado español, en el CETT (Campus de Turismo, Hotelería y Gastronomía) de la Universidad de Barcelona, formando *bartenders* profesionales con un equipo de los mejores profesionales del mundo.

ELIXIR DE SANT NARCÍS

Este cóctel de cava es un homenaje a Girona y a su patrón, sant Narcís. Está inspirado en su leyenda y en la importancia que las moscas tienen en la historia de la ciudad. Puede hacerse de dos maneras distintas:

EN COCTELERA

INGREDIENTES

(para 1 persona)

1 cl de almíbar

2 cl de ginebra

15 cl de cava brut

15 cl de zumo de naranja natural

Cubitos de hielo

ELABORACIÓN

Dejar enfriando una copa coupette o Pompadour, escarchada con azúcar blanco y nuez moscada. En una coctelera poner la ginebra, el almíbar y el zumo de naranja, añadir cubitos de hielo y batir enérgicamente.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Servir en la copa ya preparada y enfriada y terminar hasta el borde con el cava brut. A continuación, decorar con una espiral de naranja y rallar una baya de enebro por encima, representando las moscas de Sant Narcís. También es posible hacer este cóctel directo a vaso,

cortando ½ naranja natural en cuartos, y añadiendo los ingredientes como si de una caipiriña se tratase.

EN PONCHERA

INGREDIENTES EN PONCHERA

(para 20-25 personas)

30 cl de ginebra

1 naranja

1 l de zumo de naranja natural

50 cl de cava brut

10 cl de almíbar

Bayas de enebro enteras

ELABORACIÓN

Para hacer este cóctel en formato punch, antes hay que preparar el hielo que se va a utilizar.

En un molde de bundt cake (pastel alemán con un agujero en medio), que es importante que sea de una sola pieza para que no tenga pérdidas de líquido, poner unas cuantas bayas de enebro enteras y una naranja cortada en rodajas, rellenar con zumo de naranja natural y guardar en el congelador. De esta forma se obtendrá el hielo perfecto para la ponchera.

Una vez se tiene el hielo preparado anteriormente, ponerlo en la ponchera y añadir la ginebra, el zumo de naranja, el cava brut y el almíbar. Remover un poco el hielo para que se enfríen todos los ingredientes.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Se puede servir en unas cups o tazas típicas de ponche, pero si se quiere hacer algo distinto, utilizar vasos bajos, añadir hielo troceado y después verter el cóctel.

Decorar al final con una espiral de naranja y un poco de nuez moscada rallada.

El hielo, cuando se vaya deshaciendo, desprenderá más zumo de naranja y las bayas de enebro se irán soltando y aparecerán repartidas en las copas.



EFÍMERO AZTECA

Este cóctel se llama así porque, al ser refrescante y no tener una alta carga de alcohol, se bebe rápidamente.

INGREDIENTES

(para 1 persona)

$\frac{3}{4}$ de limón

2 cucharaditas de azúcar blanco

2 cl de mezcal

8 cl de cava brut

2 cl de refresco de limón

Hielo troceado o pilé

ELABORACIÓN

Se prepara directo a vaso: añadir el limón cortado a cuartos, una vez desechado el corazón del cítrico para no amargar el cóctel, y 2 cucharadas de azúcar blanco y machacar para sacar todo el jugo del limón. A continuación, agregar 1 cl de cava para mezclar bien y disolver el azúcar y luego poner el mezcal y el hielo troceado hasta el borde del vaso. Finalmente, añadir el cava dejando una pequeña parte sin rellenar para poder agregar el refresco de limón y mezclar enérgicamente, de abajo arriba, para que se mezclen bien todos los ingredientes.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Volver a rellenar con hielo troceado si hiciera falta y decorar con una espiral de limón.



SANGRÍA BLANCA DE FLOR DE SAÚCO

Este cóctel es el resultado de la unión de la mente libre y creativa de Iolanda Bustos, la cocinera de las flores, y de la locura de un servidor. Iolanda es conocida por elaborar su oferta gastronómica con flores y botánica, y a mí, en los tiempos de actividad detrás de una barra, se me conocía cómo el bartender de las flores, al ser Iolanda una inspiración para mí.

Para la elaboración de este cóctel, se usa el xampanyet producido con la receta secreta de Iolanda al sol y serena. No obstante, se puede intentar hacerlo con alguno de cosecha propia, aunque desde luego nunca podrá sustituir el original. Otra posibilidad es acercarse a Regencós, para convencer a Iolanda de que nos revele su receta.

INGREDIENTES

(para 8 personas)

200 cl de Xampanyet de Saúco de Iolanda Bustos (los más atrevidos pueden seguir la receta del sinfín de opciones populares que existen o bien personalizar una propia)

500 cl de cava brut

12 cl vodka

5 cl licor de flor de saúco

Cubitos de hielo

Dados de melón cantalupo y de melón blanco

Carpacho de uva negra y blanca

1 ramillete de flores de saúco

ELABORACIÓN

En una jarra para sangría, poner cubitos de hielo, vodka, el licor de saúco, el xampanyet y el cava brut.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Añadir de forma separada, para que el cóctel quede visualmente bonito, los dados de melón de distintos colores y las uvas cortadas en finas láminas. Remover con suavidad para no romper mucho el carbónico del cava y el xampanyet y decorar con un ramillete de saúco, que se puede obtener cuando los arbustos estén florecidos. En épocas en que las flores no son fáciles de conseguir, con el melón y la uva es suficiente.



SERGIO PADILLA

BOCA CHICA Barcelona



Cambió su vocación de bombero forestal por la de barman después de ayudar a un amigo en apuros, aunque antes de establecerse tras la barra pasó por los puestos de camarero y maître. Los primeros trabajos «serios» los desempeñó en Terrassa, aunque pronto dio el salto a Barcelona, y comenzó a trabajar como director en Boca Chica, coctelería del restaurante Boca Grande, en el corazón del Eixample. Apenas un año después prueba suerte en el O'Clock de Madrid, donde da rienda suelta a su imaginación elaborando cócteles como el chocolat hills, a base de tequila reposado con chocolate y toques picantes, o reinterpretando a los clásicos con toques de ingenio. Allí empieza también a recoger los primeros premios por su trabajo, pero poco después regresa a Barcelona, por una nueva oferta del Boca Chica, que en esta ocasión compagina con la asesoría a varios

clubes y coctelerías. En ese espacio elegante y chic, este fantástico *bartender*, premiado a nivel internacional, continúa imprimiendo un carácter distinto a las mezclas de destilados.

MIMOSA

INGREDIENTES

(para 1 persona)

10 cl de zumo de naranja natural filtrado

Cava hasta completar la copa

ELABORACIÓN

Servir directo en la copa de cava y decorar con naranja.



BUBBLE-STORMING

INGREDIENTES

(para 1 persona)

1,5 cl azúcar líquida

1,5 cl zumo de lima natural

4 hojas de albahaca

3 cl de zumo de manzana

Top de cava

ELABORACIÓN

Mezclar todos los ingredientes en la coctelera, shekerar fuerte, realizar un doble colado y servir en copa y top de cava. Decorar con un abanico de manzana.



CARLOS PEÑARANDA

CASINO DE MADRID Madrid



Casi todos los locales de coctelería del mundo se miden por su historia, pero también por la altura de los profesionales que los atienden. Carlos Peñaranda garantiza el nivel de la oferta del Casino de Madrid desde su puesto de primer barman. Cumple con todos los requisitos necesarios: conocimientos, imaginación, técnica y, sobre todo, un exquisito trato con el público. En sus más de diez años de

ejercicio de la profesión, ha colaborado en distintas publicaciones especializadas, como la *Guía Peñín de Destilados y la Coctelería*, y asesorado a diversas marcas. Aun así, lo que más le apasiona de su trabajo es, según confiesa, la oportunidad de poder emocionar a sus clientes en un momento que para ellos es de relax y evasión. Convertir esos instantes en algo especial, memorable y lleno de estilo es algo al alcance de unos pocos elegidos, y entre ellos se encuentra, sin duda, Carlos Peñaranda.

NACÍ EN EL MEDITERRÁNEO

INGREDIENTES

(para 1 cóctel servido en una copa de cava)

5 cl de ginebra infusionada en albahaca

2 cl de zumo de pomelo

2 cl de zumo de lima

2 cl de zumo de yuzu

3 cl de sirope de canela

Cava aromatizado en romero

Hoja de albahaca

Canela

Pomelo deshidratado

ELABORACIÓN

Mezclar en la coctelera la ginebra infusionada en albahaca, el zumo de pomelo, el zumo de yuzu y el sirope de canela y servir en vaso julep de plata.

ACABADO Y PRESENTACIÓN

Terminar con cava aromatizado en romero y decorar con hoja de albahaca, canela y pomelo deshidratado.



SUSURROS DE NAVIDAD

INGREDIENTES

(para 1 cóctel)

5 cl de infusión de camomila

3 cl de falernum casero

Polvo de oro

5 cl de cava

Azúcar glas

ELABORACIÓN

Elaborar directamente en copa de cava, vertiendo todos los ingredientes, excepto el azúcar glas, que se usa para decorar el cóctel.



DO CAVA CÓCTELES

JUAN MUÑOZ



PINK&MINT CAVA

INGREDIENTES

1 pomelo rosa

Azúcar glas

Hielo pilé

3 cl de licor de grosella o similar

Cava rosado brut

Hojas de menta

PREPARACIÓN (directo en vaso)

Poner azúcar (al gusto), un golpe de jugo de pomelo, hielo, licor de grosella o similar y rellenar con cava rosado brut muy frío. Decorar con una rodaja de pomelo rosa y una hoja de menta.

Combinación en rosa, fresca y divertida, para iniciar la noche.

CAVATROPIC

INGREDIENTES

3-4 trozos de piña natural

3-4 cubitos de hielo

Cava brut

2 golpes de triple seco

PREPARACIÓN (directo en copa)

Poner en la copa los cubitos de hielo y añadir los trozos de piña y 2 golpes de triple seco. Completar con cava muy frío, sin llegar al borde, e incorporar un stick con punta o pajita para poder comer la piña.

Una nueva fórmula para disfrutar del cava y a la vez de la fruta combinada con el licor. Un cóctel goloso y exótico.

CAVA LOVES TEA

INGREDIENTES

40 ml de té oolong aromatizado con bergamota

Tiras de naranja

Hielo picado

1 flor blanca comestible

Cava dulce o semi

PREPARACIÓN (directamente en copa cava flauta fría o incluso congelada)

Poner el hielo directamente en la copa, añadir el té frío hasta un tercio de la capacidad y finalizar con cava muy frío. Decorar/añadir la tira de naranja y la flor.

Este es un combinado que busca la nota oriental del té, el cítrico aromático de la bergamota y la nota fresca y vínica del cava. Sin duda, un cóctel muy elegante.





Los secretos de la cocina del cava

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© Consejo Regulador de la DO Cava, 2017 www.docava.es

© de los textos: Consejo Regulador de la DO Cava, Real Academia de Gastronomía

© de las ilustraciones: Núria Tomás Mayolas

© de la fotografía de la portada: Shutterstock

© de las fotos de la primera parte: Consejo Regulador de la DO Cava; Codorníu; Grupo Freixenet; Real Academia de Gastronomía.

© de las fotos de los cocineros y de las recetas: cedidas directamente por los cocineros y la acreditación (cuando no se indica lo contrario) corresponde a sus restaurantes. Excepto: la foto de Carme Rusalleda es de Jordi Cane y Vanesa Ruiz; la foto de la receta de Carme Rusalleda «Bombas de pulpo, patatas y col» es de Becky Lawton; la foto de Andoni Luis Aduriz es de Álex Iturralde; las fotos de las recetas de Andoni Luis Aduriz, «Cordero asado al incienso de eucaliptos y su pelliza seca» y «Terciopelo de manzana y cava» son de José Luis López de Zubiria; las fotos de las recetas de los hermanos Torres, «Tomate de invierno, capellanes, encurtidos y salazones» y «Rodaballo, almendras tiernas, flores de saúco y manzana ácida» son de Teresa Llordés.

© de las fotos de los cócteles y de los cocteleros: cedidas directamente por los cocteleros, excepto las fotografías de Damià Mula y de sus cócteles, que son de Álex Froloff.

Coordinación editorial: Silvia Grimaldo, Consejo Regulador de la DO Cava

El editor no tiene ningún tipo de compromiso ni acuerdo comercial con ninguna de las marcas que aparecen en este libro.

© Editorial Planeta, S. A., 2018

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

Planeta Gastro es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.

www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): abril de 2018

ISBN: 978-84-08-18819-3 (epub)

Conversión a libro electrónico: Pablo Barrio

**¡Encuentra aquí tu próxima
lectura!**

COCINA Y GASTRONOMÍA



¡Síguenos en redes sociales!

