

agro

PERIÓDICO MAGAZINE

MÁLAGA

Agroindustria · Turismo · Gastro
NÚMERO 38 · ENERO 2019



2019, DONDE QUIERAS ESTAR

■

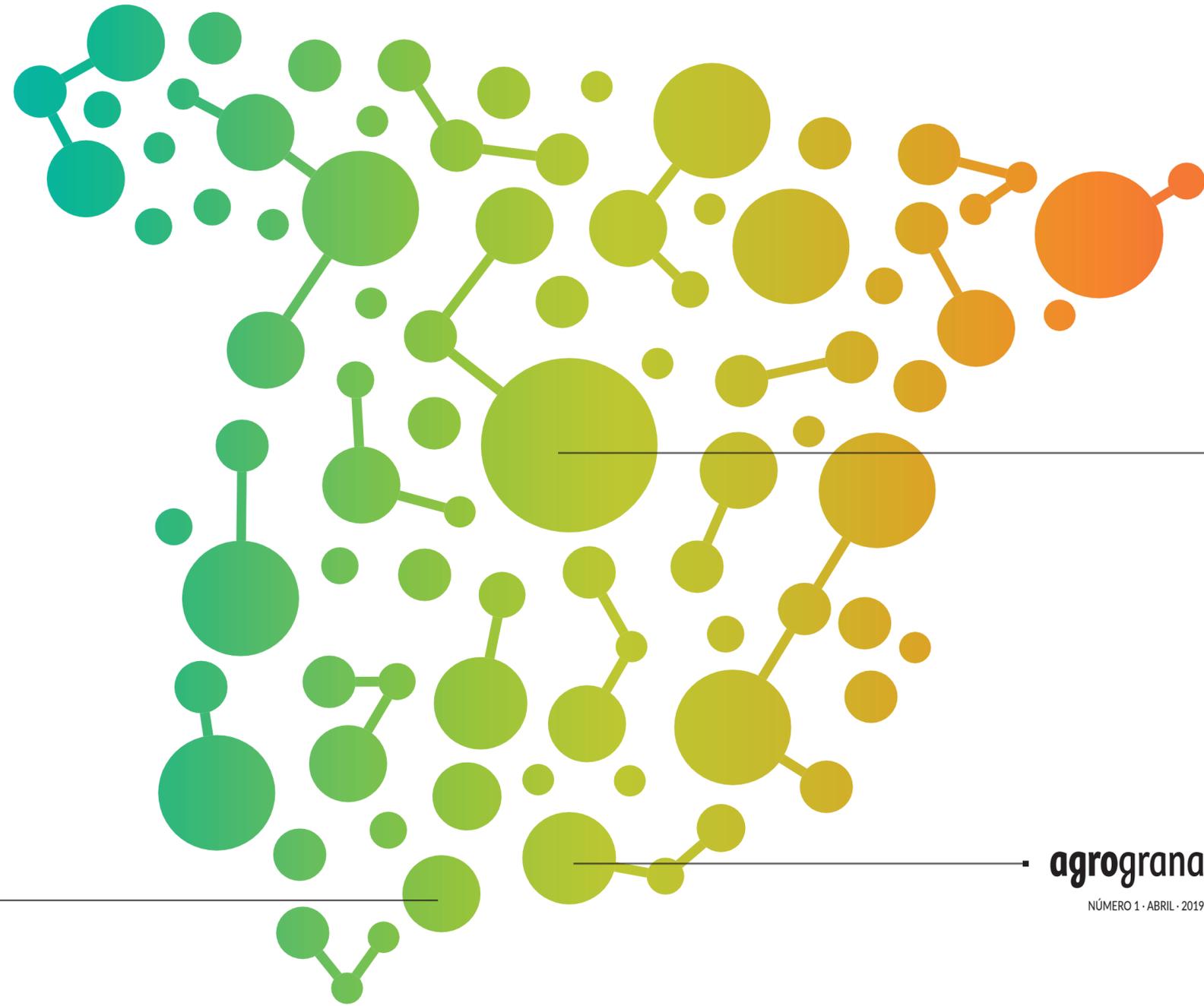
ESTAMOS FRANQUICIANDO NUESTRO PERIÓDICO MAGAZINE

¿QUIERES UN AGRO EN TU CIUDAD?

CONTACTA CON NOSOTROS: expansion@agromagazine.es

agromálaga

NÚMERO 39 · FEBRERO · 2019



agromadrid

NÚMERO 1 · MARZO · 2019

agrogranada

NÚMERO 1 · ABRIL · 2019



montosa
the avocado society

**SHARE OUR
PASSION...
THE AVOCADO**

www.frutasmontosa.com



EN SIETE AÑOS HEMOS CREADO
EL MEJOR DESTINO POSIBLE:

DESCUBRE LA NUEVA

Costa del Sol



COSTA DEL SOL
MÁLAGA

visitacostadelsol.com

EDITOR

Juan Luis Bueno

DIRECTORA

Arantxa López

AUDIVISUAL Y WEB

Agromedia

ASESOR DE BODEGA

Jesús María Claros

REDACCIÓN

Arantxa López, Juan Alberto Gómez, Juanjo Zayas, Mercedes Lara

FOTOGRAFÍA

Carlos Castro, Lorenzo Carnero

DISEÑO

Juan Luis Bueno, Pilar Orellana, Anita Vasco, Eva Mez, Antonio Libert

ESCAPADAS DEL SUR

Ricardo Pastor

DEPARTAMENTO COMERCIAL

Mayte Agredano

COLABORACIONES

Cristian Gómez, José Miguel Perez, Victor Varela, Juan José Sánchez, Reme Reina, Diego Ángel Cuadra

Publicidad

655 527 948 - 665 030 998 - 633 459 314

hola@agromagazine.es

agromagazine.es

Agro es un periódico magazine mensual de la provincia de Málaga dedicado a la agroalimentación, la gastronomía y el turismo. Esta publicación, que se ha diseñado con música de Leonard Cohen, cuenta con una tirada mensual de 3.000 ejemplares. Imprime: Corporación de medios de Andalucía, S.A. Depósito legal: MA 1642-2015.

H&T

SALÓN DE INNOVACIÓN EN HOSTELERÍA

MÁLAGA
4 / 5 / 6
FEB 2019

PALACIO
DE FERIAS
Y CONGRESOS
DE MÁLAGA



Plataforma de innovación gastronómica

HOTELERÍA

GASTRONOMÍA

SERVICIOS

ENOLOGÍA

ORGANIZA:



www.salonhyt.com

PROMOTORES INSTITUCIONALES:



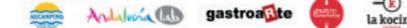
PARTNERS:



PROMOTORES SECTORIALES:



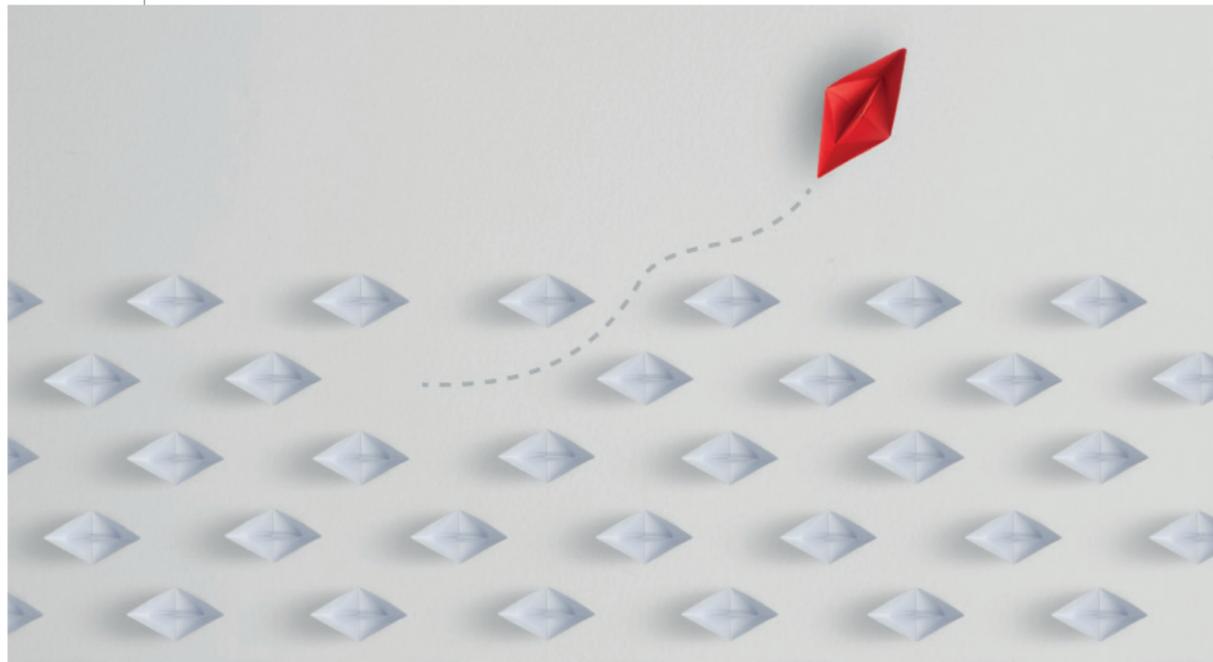
COLABORADORES:



TRANSPORTISTA AÉREO OFICIAL:



editor's letter



Fuimos siempre ese barquito de papel que se salió de la ruta marcada. Del camino previsible. De las aguas marítimas conocidas. Fuimos siempre ese barquito que se salió del mapa, que le dio la vuelta al mapa e hizo de su singladura una aventura, un reto, una forma de ser y estar en el mundo. Fuimos, somos, ese barquito que cada día de navegación transforma los desafíos en oportunidades, los peligros en horizontes. Porque lo importante para esta tripulación no es el destino, el puerto de llegada, el final del trayecto, lo importante para este barquito es el viaje en sí mismo, el camino de agua dulce y salada que es la misma vida. Lo importante no es llegar sino estar siempre llegando. Adaptarse a los vientos de salitre y a sus caprichos. Al azar, porque vivir es azar y el tiempo es el fuego en el que nos vamos quemando sin darnos cuenta, que decía alguien.

Estamos más cómodos en este barquito que se escapa, que poéticamente se pierde, que descubre por sí solo otros amaneceres, otros crepúsculos que se funden con la noche, estamos más cómodos navegando por aguas indómitas, libres de ataduras, convencionalismos, de las fuerzas de lo previsto. Nuestro cuaderno de bitácora es una bella rareza hecha de pequeños instantes. Y seguimos navegando. Haciendo de cada momento una historia única.



· CALIDAD, INNOVACIÓN Y CREATIVIDAD ·



Nieves

ESPECIALISTAS IMPORT & EXPORT FRUTAS FRESCAS



FRUIT LOGÍSTICA DE BERLÍN
ESTAREMOS EN PABELLÓN 23 - E/05
STAND: AUTORIDAD PORTUARIA DE ALGECIRAS

| REPRESENTANTE ADUANERO | ASESORAMIENTO EN COMERCIO EXTERIOR |

¿POR QUÉ NIEVES?

¡Porque llegamos hasta donde necesites!

WWW.NIEVES.EU

ALGECIRAS - GIBRALTAR - MÁLAGA - MARRUECOS - MOTRIL - CEUTA - MELILLA



EN VERDE

Descubre qué hábitos son más saludables para empezar bien el año

POR JUANJO ZAYAS

Después de las fechas navideñas y los excesos en las comidas y cenas hay que retomar los hábitos de una dieta saludable y healthy. Tenemos que seguir cuidándonos en los próximos meses y de esa forma empezar 2019 con una alimentación sana y equilibrada dentro de esos propósitos que nos hemos marcado para este nuevo año. Y para ello, qué mejor que sacar partido a las verduras y hortalizas de temporada, gracias a distintas recetas que nos harán chuparnos los dedos a la vez que cuidamos nuestro cuerpo. Por eso, queremos aprovechar para darte algunos consejos y claves a la hora de preparar tus platos y que tengan una fuerte presencia de lo verde.



Y es que ahora en invierno hay muchas verduras que podemos incluir en nuestras preparaciones culinarias para que sean de temporada, como, por ejemplo, pueden ser las acelgas, las alcachofas, el pimiento rojo, el apio, el brócoli, las berenjenas, la coliflor... Una serie de alimentos que no solamente nos proporcionan fibra y vitaminas a nuestro cuerpo, sino que además tienen efectos muy beneficiosos para la salud como favorecer la pérdida de peso, al ser diuréticas, y muchas de ellas contienen un importante valor depurativo.

Además, la preparación también es muy importante para sacarle todo el partido posible, tal como nos resalta en este sentido María Rojo, nutricionista y creadora de la Chatidieta, un método que permite la reducción de peso de forma natural gracias a la combinación de los alimentos. Precisamente nos señala que si queremos obtener el máximo aprovechamiento "lo ideal es no cocinar demasiado tiempo o a altas temperaturas las verduras, ya que perderían propiedades. Dejarlas pochadas o al dente estaría bien, utilizarlas en ensaladas o haciendo un braseado o carpaccio de verduras".

También con cuchara

Para estas fechas nos siguen apeteciendo los platos calientes, las bajas temperaturas nos invitan a disfrutar mucho del cuchareo y de algunos platos consistentes. Y por ello aprovechando que en esta estación tenemos tantas verduras "se pueden hacer muchas recetas como berenjenas rellenas, alcachofas con jamón, arroz de coliflor, espinacas a la crema, carpaccio de calabacín o cremas de todo tipo si nos apetece cuchara", nos apunta Rojo.

Por supuesto en la cocina debemos arriesgarnos, ser osados e innovar y crear nuevas recetas que sorprendan a nuestros comensales, y para ello lo verde es muy agradecido. "Siempre recomiendo que probemos distintas cocciones y recetas para no aburrirnos y sobre todo porque en cocina todo vale y podemos ir con la idea de hacer una receta y luego que nos salga otra. Hay que atreverse, salir de la típica crema o ensalada y cambiarla por un wok por ejemplo".

Y tan importante como su consumo es el lugar donde comprar. Para ello, nada mejor que hacerlo en alguno de los mercados de calidad en la provincia, como el mercado agroalimentario del Valle del Guadalhorce ubicado en el municipio de Coín, que los domingos ofrece frutas y verduras ecológicas y de kilómetro 0, o el de Fuengirola, los martes y domingos, con una amplia variedad de puestos para adquirir distintos productos de alimentación. Todo fresco y rico.

Grupo Gallego



| fuera de serie |

www.grupogallego.es

Avomix

Fresh
mix®

SIN CONSERVANTES
SIN COLORANTES

- PROCESADO POR HPP -

HALL 23
STAND E-01



FRUIT
LOGÍSTICA

6 | 7 | 8 FEBRUARY 2019
BERLIN



Es simple, es natural

www.avomix.com

CR
CÁRNICAS RIGAR



CARNES ECOLÓGICAS



Cárnicas Rigar, pionera en la certificación de carne ecológica en la Axarquía

Cárnicas Rigar la primera empresa de la Axarquía con el certificado del CAAE para la venta de carnes ecológicas. Pollo, cerdo, cordero y nuestra especialidad, la ternera ecológica con nuestra maduración Dry Aged y presentada en todos los posibles cortes y elaboraciones.

Tel. 652 92 27 65 - carrigar2009@hotmail.com - www.carnicas-rigar.es

Nos puedes visitar también en...  



Trufa,

EL TESORO ESCONDIDO DE LOS BOSQUES

JUAN ALBERTO GÓMEZ

¿Quién no ha oído hablar de las trufas? La han calificado con muchos sobrenombres a lo largo de la historia: oro negro, diamante de la cocina, tesoro subterráneo, perla de los bosques. Incluso Cicerón las alabó como 'milagro de la naturaleza'. ¿Pero qué las hace tan especial? ¿Por qué están tan ligadas a la buena restauración?

En realidad, la trufa es un hongo que crece bajo tierra en zonas boscosas. Para que prospere, necesita suelos pobres y calizos además de un clima fresco y lluvioso. Los principales productores son Francia, Italia aunque también España. Muy pocos lugares cumplen todos los anteriores requisitos. Sin embargo, es frecuente encontrarla en zonas de Teruel, Huesca, Soria, Burgos, o Castellón. Como quiera que los inviernos son poco lluviosos, su producción descende.

Hemos dicho que es el gran tesoro de la alta restauración. "Se trata de un hongo que aporta bastante aroma y sabor a cualquier plato", afirma el gerente de Etruf, José Joaquín Echaniz, una empresa malagueña dedicada a la distribución de trufa fresca. Sus propiedades organolépticas son increíbles. Proporciona tal sutileza en los aromas y el sabor, que nada es comparable a la trufa. Por su escasez

y potencial, la trufa tiene un valor que nos puede parecer, a priori, excesivo. Pero no es así. "Este año hay una mayor producción", advierte. Nuestro experto está convencido de que no es un producto inalcanzable. "Hay mucho de mito porque una trufa de 30 gramos puede aromatizar una estupenda comida para cuatro personas. Y el coste total no supera los 40-50 euros". Pero más allá del precio, Echaniz insiste en "el valor exclusivo y diferencial" que posee este delicado hongo.

Históricamente, la trufa ha sido muy consumida en los países de Europa. En nuestro país, la Inquisición la consideraba un ingrediente con connotaciones demoníacas. Por tal motivo, la gastronomía la despreció y apenas si podemos encontrarla en los recetarios del siglo XVIII o XIX. Por tal motivo, "falta mucho camino por recorrer", explica Echaniz.

Es muy importante conocer las mejores variedades cuando hablamos de trufa. La reina, sin duda, es la Trufa Blanca italiana o Tuber Magnatum. Posee un aroma irreplicable y aporta un toque suntuoso a nuestros platos. Le sigue la Trufa Negra de Invierno (Melanosporum), que comercializa Etruf. El mejor modo de consumirla es en fresco. Se puede congelar y no le ocurre nada. Tan solo pierde ciertas notas. La temporada de recolección de la trufa negra arranca en diciembre y concluye en marzo por lo que, estamos en la mejor época para disfrutarla. Marida a la perfección con una gran amplitud de recetas y platos: carnes, pescados, arroces, pasta, risottos, pizzas, etc.

Para iniciarnos en el mundo de la trufa, el responsable de 'Etruf' nos sugiere una tapa sencilla y repleta de perfume: cogemos una rebanada de pan blanco y, sobre ella, extendemos varias láminas de trufa negra fresca. A

continuación, vertemos virgen extra de aceituna Aloreña y, terminamos con una pizca de sal gorda. "Pese a su sencillez, el sabor resulta extraordinario". "Es la mejor opción para degustarla trufa en crudo". Echaniz nos propone varios trucos sencillos para 'trufar' ingredientes antes de cocinarlos. Si queremos unos huevos fritos 'especiales', tan solo debemos meter trufa en el mismo recipiente donde almacenamos los huevos. Dejar en la nevera, al menos 24 horas. La porosidad de la cáscara facilita que entre parte del aroma de la trufa. "Al freírlos, sabrán totalmente diferentes". Con el arroz, sucede un poco lo mismo. "Introducimos algunas láminas de trufa negra en un pequeño paquete de arroz. Cerramos y dejamos en la nevera, al menos, un día. El risotto que hagamos puede quedar sensacional".





Axarfruit: calidad de la tierra a la mesa

Empresa especializada en la producción y comercialización de fruta tropical como aguacates y mangos, y cítricos como limones. Su cercanía con el cultivo les permite efectuar un control global de la calidad y asegurar la máxima transparencia. Garantizan a sus clientes, en unión con una sólida logística, el suministro diario de productos biológicos frescos y seguros. Manejan el proceso íntegro de producción y se basan en un proceso de elaboración en el cual sus productos van desde el cultivo y el cuidado de sus propias producciones, pasando por la recolección y la comercialización.

Agricultores de tradición y conocedores del producto desde el origen hasta su destino final. Axarfruit mantiene un estrecho contacto con los proveedores y un seguimiento continuo de la producción. Esta relación íntima con el origen, les permite dar un

servicio personalizado, atendiendo todas las necesidades de los clientes.

Este mes, Axarfruit estará presente en **FRUIT Logística de Berlín, en el pabellón 11. 2 stand b04**. Invitamos a agricultores y a todo aquel que esté interesado en conocer la empresa, a visitar el stand.

Polígono Industrial Carvajal s/n - Benamargosa (Málaga)
Tel. 952 54 95 62
www.axarfruit.com - info@axarfruit.com



SurAxarfruit

Vivero certificado y homologado por la Junta de Andalucía. Nos dedicamos al cultivo de aguacates, mango y cítricos en sus diferentes variedades. Es filiar de la comercializadora de subtropicales y cítricos Axarfruit. Con los tratamientos adecuados, controlamos factores como el riego, la insolación, el abonado o la exposición al viento. Cuidamos todas las etapas del crecimiento, a la espera de ser transportadas hasta su terreno definitivo.

Polígono 6, parcela 149, Puerta de Téllez - Vélez- Málaga
Tel. 952501419 - 695880734
www.suraxarfruit.com - comercial@suraxarfruit.com



Neumáticos Mayma

NEUMATICOS MAYMA, en Ctra. De Loja, 22. Desde Vélez Málaga, y para toda la Axarquía. Cuidamos de su maquinaria agrícola e industrial, al mejor precio y en cualquier rincón de nuestra comarca. Si busca un servicio de neumáticos y mecánica rápida de primerísima calidad, no dude en visitarnos. Neumáticos MAYMA les ofrece una amplia gama de productos para su industria, transporte o uso particular. Disponemos de todo tipo de ruedas, y contamos con el mejor equipo de profesionales que devolverán a su maquinaria la efectividad del primer día. Los agricultores y transportistas ya nos conocen. A usted, usuario particular, le esperamos en nuestras nuevas instalaciones. Todos los neumáticos al mejor precio. Consultenos.

Ctra de Loja, 22 - Vélez-Málaga (Málaga)
Tel. y Fax 952 50 04 37 - neumaticosmayma@yahoo.es



SURLOGIST

FRÍO, LOGÍSTICA Y DISTRIBUCIÓN

ALMACÉN & ALQUILER DE CÁMARA FRIGORÍFICA

WWW.SURLOGIST.COM - SURLOGIST@HOTMAIL.COM

CRTA. DE BENAMARGOSA KM. 0,5

29719 - EL TRAPICHE (VÉLEZ-MÁLAGA) - MÁLAGA

952 50 81 93 - 638 18 66 72

Virgen extra y rock & roll

o cómo sacarle el máximo partido a tus aoves en casa

JUAN ALBERTO GÓMEZ

El Aceite de Oliva Virgen Extra (AOVE) vive uno de sus mejores momentos y también el más fecundo. En España, ha aumentado su uso en los hogares, pero es que los chefs lo consideran imprescindible. El mayor cambio se ha producido en el exterior ya que la alta restauración internacional ha ido abandonando las grasas animales y las mantequillas en favor del 'oro líquido'. Numerosos estudios avalan la idoneidad de este aceite que contiene ácido oleico que contribuye a reducir los niveles de colesterol y elevar los niveles del denominado HDL o colesterol bueno.

De cualquier modo, si exceptuamos los profesionales de la restauración, los hogares siguen desconociendo ciertos trucos y beneficios para sacarle el máximo partido.

Lo primero que debemos hacer es desmitificar el uso del buen aceite de oliva virgen extra. Constituye la mejor grasa a nivel mundial para cocinar. Por este motivo, debemos utilizarlo sin restricciones. De hecho, es el pilar fundamental

de la Dieta Mediterránea. El chef Ejecutivo de la Cala Resort (Mijas), también conocido como el 'Chef del AOVE', Daniel García Peinado insiste. "El Virgen Extra no es solo para ensalada. Tiene múltiples usos culinarios".

Pero existen muchos otros mitos que se han asentado sin razón aparente. Nuestras abuelas utilizaban el virgen extra en una época donde el aceite de girasol ni existía. De hecho, las mayonesas se elaboraban con AOVE. Hoy día, las amas de casa desdeñan el virgen extra por aportar un sabor un tanto fuerte y cierto amargor a sus mahonesas. El chef prefiere hablar de "intensidad". La solución hay que buscarla en variedades de aceite más suaves para obtener el compañero que necesitamos. García Peinado nos sugiere un monovarietal de Arbequina porque da "un picor y un amargor muy bueno". También resulta muy efectivo elaborar "blend" de Picual y Arbequina. Otro truco, consiste en oxidar el virgen extra añadiendo un poco de cítrico o rebajarlo exponiéndolo al aire.

El Virgen Extra no es solo para ensalada. Tiene múltiples usos culinarios



Para los cocinillas y aquellos que tienen soltura, el chef les invita a iniciarse en los coupages de aceite.



Otra leyenda infundada es su exceso de músculo en las frituras. Nada más lejos de la realidad. "Científicamente es la mejor grasa", reitera el chef del AOVE. A una temperatura de entre 180-190 °C "el picor y amargor se desvanecen y lo que queda es una grasa estupenda para cocinar". Para pescados, la variedad más idónea es la Picual o la Cornicabra.

¿Y las variedades malagueñas?, ¿qué características tienen?, ¿con qué platos maridan mejor? Empezamos con la Hojiblanca, la más extendida en la provincia. Históricamente, la variedad ha proporcionado estabilidad a otras aceitunas. El experto en AOVE la recomienda encarecidamente para "las sopas frías". Esto es, los gazpachos o el ajoblanco. "Les da un matiz diferente". No obstante, considera que la elección de variedades "es una cuestión de gustos". "Cada uno tiene un paladar diferente. Hay quienes prefieren un cierto picor y otros se decantan por aceites más suaves y dulzones". Para los cocinillas y aquellos que

tienen soltura, el chef les invita a iniciarse en los coupages de aceite.

Tras la Hojiblanca, analizamos las propiedades de la Verdial, la aceituna más característica de la Axarquía. Para el chef malagueño "es una de las grandes desconocidas del mundo gastronómico junto a la Manzanilla Aloreña". Precisamente, esta aceituna de mesa que tiene su propia DO "da un aceite extraordinario". La Verdial va perfecta con gazpachuelo y resulta ideal para las mayonesas. Otra variedad autóctona, es la Lechín. Organolépticamente guarda muchas similitudes con la Aloreña.

Con un buen aceite en nuestras manos, debemos seguir unos consejos para mantenerlo a salvo de los elementos. No en vano, el virgen extra es un alimento vivo. En este sentido, es enemigo de la luz, los cambios bruscos de temperatura y la oxidación. Cuidando estos pequeños detalles, el aceite nos durará mucho más sin perder ninguna de sus propiedades.



Asentador de frutas y verduras Sebastián Guerrero: cercanía y calidad

Fue a principios de los años 30, en un local en la calle Poeta Joaquín Lobato de la villa de Vélez Málaga, junto al antiguo bar Mauco, donde don Sebastián Guerrero Rojas, natural de Algarrobo, comenzó en el comercio de productos hortofrutícolas de la comarca de la Axarquía. Posteriormente, su hijo Sebastián Guerrero Guerrero le sucedió, inaugurando en 1967 el actual Mercado de Mayoristas, en un momento de gran apogeo agrícola en la zona, donde a diario se recibían miles de kilos de tomates, pepinos, habichuelas, calabacines, patatas, pimientos o alcachofas, entre otros productos procedentes, principal-

mente, de la huerta de Algarrobo, pero también de municipios como Vélez Málaga, Benamocarra, Iznate o Benamargosa. En la actualidad, la familia de Frutas Sebastián Guerrero sigue con el negocio familiar en el puesto número 13 del Mercado de Mayoristas de Vélez Málaga. Un negocio con historia, cercano y de calidad.

Mercado de Mayoristas. Puesto 13
Tel. 952 50 30 57 - 618 948 202
Vélez Málaga



Avofruits

Avofruits es una empresa perteneciente al grupo Reyes Gutiérrez dedicada a la producción y comercialización de aguacates y mangos. Contamos con personal cualificado para asesorar a nuestros proveedores y clientes en sus compras. En nuestro vivero contamos con semillas de excelente calidad a los mejores precios reconocidos y con todas las garantías de higiene y salubridad necesaria. En general, es un punto de encuentro natural donde le invitamos a pasar un rato agradable y donde puede disfrutar de los tropicales de la zona.

Apdo. de Correos 65, Camino de Málaga s/n - Vélez-Málaga (Málaga)
Tel. +34 952 505 606



Maquinaria agrícola El Canario

Empresa fundada en 1968, por Antonio Sarmiento Robles, con una premisa: "Los cultivos de los agricultores y resolver los problemas, siempre han sido y serán la prioridad de esta empresa". En 1983 se traslada desde Reñidero a su ubicación actual en Crta. de Loja. A partir de aquí comienza su expansión para convertirse en referente en la Axarquía en Riegos y maquinaria agrícola. Ofrece a sus clientes las principales marcas: Rovatti, Caprari, Plastmesur, Antonio Carraro, Landini, McCormick, Kuhn, Oleo-mac, Atasa, Makato, Maruyama, etc. Visítanos.

Carretera de Loja - Vélez Málaga
Tel. 952 500 367 - Fax. 952 502 212
elcanario.es



EMBASUR®



Desde 1973.



www.embasur.es

Málaga, el gran feudo de la Hojiblanca

Por
JUAN ALBERTO GÓMEZ

En poco tiempo llegarán a los lineales los nuevos aceites del año. Frescos, aromáticos, con un leve picor, herbáceos, toda una sinfonía en boca y en nariz. La nueva temporada para el 'oro verde' será muy fecunda. A esto ha contribuido una primavera suave, un verano menos riguroso de lo normal, y amplias lluvias durante el otoño. Diciembre ha estado a salvo de los aguaceros y ha permitido una cosecha tranquila y sin contratiempos.

La provincia registrará una producción que rondará las 80.000 toneladas para la campaña 2018/19, según las primeras estimaciones de Coag Andalucía. Esto significa un aumento de casi el 40 por cien respecto a la anterior cosecha. Ocupa la quinta posición de Andalucía, en términos cuantitativos, aunque es preciso señalar que solo la región concentra el 85 por ciento del total nacional. Por este motivo, no es raro descubrir Málaga supera a comunidades enteras como Aragón o la Comunidad Valenciana. Y a los números nos remitimos: aglutina 120.000 hectáreas. ¡Ahí es nada! A nivel cualitativo, la provincia mediterránea posee "la particularidad de ser la única que alberga una denominación de origen vinculada al aceite -DO Antequera- y otra a la aceituna de mesa, la DO Aceituna Aloreña", señala el responsable de Relaciones Corporativas de Dcoop, Esteban Carneros. Esto hace de Málaga un destino singular y, realmente, apetecible para los amantes del 'oro verde'.



La provincia más cooperativa

Si algo distingue a Málaga frente a otras provincias es su alto sentido "cooperativo" y la mayor "profesionalización de las almazaras", subraya Carneros. La presencia de Dcoop, el mayor grupo cooperativo a nivel mundial no es algo casual. Y, en cierto sentido, ha propiciado el apego hacia el modelo de cooperativa. "En las décadas anteriores", recuerda el responsable, "cada uno hacía la guerra por su lado". Y aunque la provincia es la quinta en producción, es la líder andaluza en cooperativas dedicadas a la producción de virgen extra.



La zona olivarera por antonomasia se corresponde con el norte de la provincia. Coincide con la Vega de Antequera y la comarca nororiental (Nororma) que incluye las poblaciones de Archidona, Cuevas de San Marcos, Villanueva de Algaidas, del Trabuco, de Tapia, Cuevas Bajas, o la propia Antequera. Predomina el monocultivo como forma de subsistencia. El protagonismo del olivar va perdiendo fuerza conforme nos movemos al occidente. De todos modos, localidades como Teba o Campillos están aumentando la superficie de olivar debido al mal precio de los cereales. En resumen, todo el norte es feudo privado de la variedad Hojiblanca, la aceituna emblemática de Málaga. "Se trata de la zona más profesionalizada aunque es innegable que posee una tierra ideal para que el olivar prospere".

Málaga es la única provincia con una denominación de origen vinculada al aceite y otra a la aceituna de mesa

Desde allí, ponemos rumbo a la Axarquía. Por el camino, nos topamos con viñas, aguacates o mangos. Al fin y al cabo, el olivar es muy minoritario si exceptuamos algunas manchas verdes en la zona de Riogordo, Periana o Los Romanes. Por estos lares, la variedad estrella es la Verdial, llamada así porque "cuando madura no se oscurece", apunta el experto. Predominan las almazaras de pequeño tamaño. En el extremo más oriental, la Verdial da paso a la Nevadillo, otra aceituna autóctona aunque mucho más minoritaria. Su cultivo se distribuye por las localidades de Torrox y Competa.

En la Serranía de Ronda, la presencia del olivar es testimonial salvo en los alrededores de Ronda. Partimos hacia el Guadalhorce. Siguiendo el curso del río, descubrimos una considerable superficie cultivada. No obstante, la producción se destina fundamentalmente a producir aceituna de mesa para surtir a la denominación de origen Aceituna Aloreña. Destacan las localidades de Álora, Casarabonela, Tolox y Alozaina. No hay que olvidar, otra variedad local, la Lechín, cuyas escasas hectáreas se concentran en los puntos limítrofes con Granada y Sevilla.



Viveros Amberes

Más de 30 años transformando hogares y jardines, poniendo todos los ingredientes humanos y materiales para dar color y forma a cualquier espacio. Viveros Amberes, en Torrox Costa, nos ofrece un sinfín de posibilidades para decorar nuestra casa, local o evento haciendo lo que más les gusta: dar forma y calidez al ambiente con su variedad de plantas, árboles o elementos decorativos. Desde plantas ornamentales y árboles frutales hasta plantas de interior y exterior. Un vivero de producción propia de este tipo de plantas sin olvidar, además, toda clase de mobiliario para el jardín, como fuentes, barbacoas o conjuntos de mesas. Su amplio catálogo de especies y complementos para jardinería hacen repetir al cliente, que encuentra siempre un buen surtido en el que

elegir. Sobran los motivos para acercarse y dejarse guiar por su criterio profesional. Horario ininterrumpido de 9:00h a 19:00h. Domingos de 10:00h a 14:30h.

Carretera N-340, km. 285 - Torrox-Costa
Tel. 952 532 496
Facebook: @viverosamberes



Kourmet: salud y sabor

Si estás buscando un establecimiento donde encontrar productos artesanales y elaborados con prácticas respetuosas con el medio ambiente, Kourmet es tu tienda. Ubicada en Árchez, enclave privilegiado entre la Sierra de Tejera y Almirajara, encontrarás todo tipo de productos sin lactosa, sin gluten, sin azúcar y ecológicos, o alimentos artesanales de Málaga como vinos, miel, pasas e higos. También ofrecen productos sin gluten y para veganos. Kourmet elabora cestas para sorprender con un regalo original lleno de salud y sabor. Además, se hacen botellitas de vino para regalar en todo tipo de eventos. Si no encuentras lo que buscas, aceptan encargos y llevan tu pedido a cualquier parte de España.

www.kourmet.es - @kourmet.artesanal
Tel. 638 951 53



Etruf

¡Sumérgete en el mundo de la trufa!

Si acudes a Gastromarketing o al Salón H&T visítanos y conoce nuestra trufa. Y si haces un pedido mínimo los días de feria, te llevaremos un obsequio.

Estaremos junto a Sabor a Málaga y Sabor a Granada.

Queremos abrir para ti, un nuevo mundo de sensaciones, aromas y sabores.

Tel. 616803374
export@echespain.com
Facebook: Etruf - Twitter: @etruf_



Arcadia Heritage: La Reina del Mango

La palabra Arcadia hunde su raíz en Grecia, en sus campos. Significa estar en armonía con la Naturaleza. Representa los ideales utópicos y un lugar idílico. Un Paraíso... no corrompido por la civilización y que, actualmente, es sinónimo de valentía y perseverancia. La Filosofía Vital de la que nació La Reina del Mango en Arcadia Heritage, es el resultado de ello.

The word Arcadia sinks its root in Greece, in its fields. It means being in harmony with Nature. It represents utopian ideals and an idyllic place. A Paradise... not corrupted by civilization and, currently, it is synonymous with courage and perseverance. The Life Philosophy from which The Queen of Mango was born in Arcadia Heritage, it is the result of it.

Apdo. de Correos 190 - C.P. 29740 - TORRE DEL MAR
Tel. (+34) 639412521
www.lareinadelmango.es



La Alacena de Málaga

La mejor selección de productos malagueños está disponible en La Alacena de Málaga, una tienda online especializada en la gastronomía de la provincia. Elaboramos lotes y cestas para empresas y particulares con productos elaborados en nuestra provincia. Trabajamos con más de 400 referencias entre bebidas espirituosas, licores, aceites de oliva virgen extra, vinos, quesos de cabra, frutos secos, aceitunas aloreñas, embutidos ibéricos y de cabra, dulces caseros, mermeladas o conservas, entre otras. Desde nuestros inicios, en 2011, trabajamos con empresas de reconocido prestigio como Dehesa de Los Monteros (jamones y embutidos ibéricos puros), Finca La Torre (el aove más premiado

de los últimos años), La Molienda Verde (conservas y mermeladas caseras y ecológicas)... entre muchos otros. Nuestros productos no sólo están adscritos a la marca promocional Sabor a Málaga sino que en muchos casos cuentan con denominaciones de origen, premios internacionales y certificaciones de calidad.

Tel. 670336421 - 655116736
www.laalacenamálaga.com - Facebook: La Alacena de Málaga
Twitter: @alacenamálaga

El pan se reinventa

Las tendencias que llegan



Lejos de las modas, la masa madre es de vital importancia para elaborar un pan de calidad

El producto más humilde y sabroso de nuestra despensa, se reinventa. En un periodo, donde todo cambia a un ritmo vertiginoso, el pan vuelve a ocupar el lugar que le corresponde en la cesta de la compra. La crisis provocó que este alimento sufriera una de sus peores recaídas con la proliferación del pan 'low cost', de dudosa calidad. Afortunadamente, todo eso ha cambiado y el consumidor vuelve a exigirle la excelencia de otrora. Tal como reza el dicho 'Dame pan y dime tonto', a todos nos encanta el pan si es crujiente y recién hecho. No obstante, hay elementos que pueden calificar a este alimento como joya culinaria o dejarlo simplemente en ingesta pasajera. Los tiempos cambian, los consumidores también y, con ellos, la forma de elaborar el pan. Una de las tendencias actuales ha impulsado el pan con mayor proporción, o casi total, de 'masa madre'. A priori, son todo ventajas. Su larga fermentación (entre 16 y 24 horas), facilita la aparición de una microflora formada por levaduras naturales y bacterias lácticas. Como resultado, el pan resulta mucho más digestivo y con un índice glucémico bastante bajo. En realidad, la masa madre no es más que harina y agua que fermenta de manera espontánea.

Tal como reza el dicho 'Dame pan y dime tonto', a todos nos encanta el pan si es crujiente y recién hecho

La masa madre sigue utilizándose hoy día como lo confirma el panadero Francisco Lucena, fundador de Panificadora La Sagrada Familia, propietaria también de Tortas Lupiáñez-Gil. Lejos de las modas, la masa madre es de vital importancia para elaborar un pan de calidad. Cuando haces pan, casi como forma de arte, el tiempo no importa, y los largos tiempos de fermentación son un precio que hay que pagar.

Pero no es oro todo lo que reluce. E incluso hay mucha desinformación al respecto. "Puedes encontrar panes hechos sin masa madre, muy saludables, y otros que

afirman estar elaborados con masa madre, pero la que tiene es deshidratada y hecha por un fabricante de químicos. Realmente, no te están aportando nada", recuerda Carlos Ramírez, socio de Panadería Pastelería Salvador.

Nuevas harinas

Lucena está convencido de que el pan debe evolucionar y ve con optimismo la incorporación de nuevas harinas de centeno, avena, cebada porque "es lo que el consumidor empieza a pedir". El panadero recuerda que hace muchos años se comercializaba Pan Candeal, "elaborado con trigo candeal (o trigo duro) que ya no está disponible". Precisamente, esta variedad era una de las más nutritivas y, para más inri, tenía una proporción de gluten menor que el de las harinas convencionales. "Los fabricantes de harinas panaderas elaboran sus propias mezclas para obtener mejores trigos. Todo se controla mucho. Incluso se confeccionan harinas con bajo gluten".

Algunas empresas han abrazado la elaboración tradicional y han encontrado su nicho de mercado. Precisamente, esa calidad sin arañar precios los ha llevado al éxito. Es el caso de los picos y regañás de Panadería Artesana Obando donde apenas se ha variado los procesos de fermentación, reposo, y lo más, importante, el papel fundamental de la masa madre.

El presidente de la Asociación de Fabricantes de Harinas y Sémolas de España (AFHSE), David Manzanares, afirmaba en una entrevista que el consumidor reclama alimentos más sanos, pero también "más variedad", lo que ha posibilitado la irrupción de nuevas harinas. Unas, procedentes de cereales

que habían tenido un papel secundario caso del centeno o la avena; otras más antiguas y rescatadas del olvido.



Especialízate en el Laboratorio de Santa Canela

El café de especialidad ha comenzado a tomar protagonismo en España, y de un tiempo a esta parte, en Málaga.

Santa Canela Soho, la cafetería de especialidad y microtostador ubicada en el corazón del Barrio de las Artes, ha triplicado su apuesta y ha dado paso a su propio "Laboratorio".

Durante el mes de febrero, podrás apuntarte a tres de sus cursos intensivos y subirte tú también a esta nueva ola de especialistas y amantes del café:

- Barista Iniciación: 9 de Febrero.
- Workshop Organoléptico: 14 de Febrero.
- Latte Art: 16 de Febrero.
- Brewing Iniciación: 23 de Febrero.

Más información sobre los cursos en www.santacanelacafe.com.
Cafetería: C/ Tomás Heredia 5.
Tostador y Laboratorio: C/ Trinidad Grund 22.
Soho - Málaga (29001).



Panadería-Pastelería Salvador

En Panadería-Pastelería Salvador elaboramos nuestros productos con las mejores materias primas desde 1905. Solo así garantizamos a nuestros clientes que el pan recién horneado que llevan cada día a casa conserva el mismo sabor tradicional de hace más de un siglo. Productos del día con el sabor de siempre, elaborados por especialistas panaderos y pasteleros en nuestro obrador en Benajárfar y que se distribuyen a través de nuestros puntos de venta en todo el litoral malagueño.

Tienda Benajárfar (OBRADOR) - Carretera de Almería 150
Benajárfar (Málaga)
Tel. 952 513 078
www.panaderiasalvador.com



Licores de la Abuela

La elaboración completamente casera de licores es la insignia de esta empresa, que nace en Alfarnate de la mano de un joven grupo de emprendedores. Fabrican sus licores con materias primas de la provincia de Málaga y con frutos de sus propias instalaciones y fincas rústicas. Su producto principal es el licor típico de Alfarnate, que lleva el nombre de Resolf, una bebida anisada muy arraigada en este pueblo malagueño de la Alta Axarquía. Además, Licores de la Abuela han desarrollado nuevos licores como el de endrinas, de membrillo, de frambuesa, cereza o de mango, digestivos de la máxima calidad que también se usan en coctelería, dando lugar a interesantes combinaciones de autor.

Calle Iglesia 11. - Alfarnate
Tel. 665 02 78 23
www.licoresdelaabuela.es - arrvisc@gmail.com

flâneur

ENERO 2019 - NÚMERO 4

GUÍA POR LOS PUEBLOS Y
CIUDADES DE LA PROVINCIA DE MÁLAGA





Cómpeta, la 'torre de Babel' de la Axarquía

Situado en las laderas de la Sierra Tejeda y con vistas al Mediterráneo, Cómpeta es un regalo para los sentidos, las flores llenan sus rincones y calles y desde allí se pueden conocer la sierra blanca de Tejeda y Almirajara. Se trata de uno de los casco urbanos con más encanto de la ya de por sí hechizante comarca de la Axarquía. A pesar de que hoy la localidad se ha convertido en el refugio de cientos de residentes europeos, todavía hoy conserva tradiciones y otros vínculos con el pasado, como es su gastronomía o la costumbre de hacer vinos dulces.

RICARDO PASTOR - FOTOS: AGRO

Su ubicación en esta zona montañosa de la comarca más oriental de Málaga, a 638 metros sobre el nivel del mar, la convierten en un inigualable balcón de la Axarquía. De hecho, el lema turístico acuñado hace ya algunas décadas en la localidad es el de 'cornisa' de la Costa del Sol. Desde algunas calles y rincones se pueden apreciar no sólo las escarpadas laderas de la sierra o las parcelas donde se cultivan las viñas. También se puede ver con nitidez el azul del mar Mediterráneo, que baña a los pueblos de Algarrobo y Torrox.

Es muy recomendable hacer un recorrido por el casco urbano, que, desde lejos, se aprecia como una compacta amalgama de casas blancas en la que sobresale la torre de la iglesia de Nuestra Señora de la Asunción.

Las calles estrechas, empinadas y bien adornadas de coloridas macetas forman parte de un laberinto encajado en el que merece la pena perderse. Las vías más angostas, donde no es posible circular con vehículos, se combinan con espacios abiertos tan emblemáticos como las plazas de la Vendimia o de Almirajara, donde el visitante ocasional comprobará que hoy Cómpeta es una auténtica 'torre de Babel'. Residentes extranjeros, la mayoría europeos, y competidores de varias generaciones comparten hoy éstos y otros espacios emblemáticos de este pueblo.

Principal monumento

En la antes mencionada plaza de Almirajara, se encuentra el principal monumento de la villa, la parroquia de Nuestra Señora de la Asunción. Fue construida a principios del siglo XVI, aunque restaurada posteriormente. Así, el exterior tuvo que ser reformado tras el terremoto de 1884. Entre sus elementos arquitectónicos, destacan la torre neomudéjar de ladrillo, rematada en cúpula de azulejos sobre el cuerpo de campanas.

Otros edificios religiosos que se pueden ver en Cómpeta son las ermitas de San Sebastián y de San Antón, levantadas originalmente en el siglo XVIII. La ubicación de la primera se asocia al antiguo centro. Entre ambas capillas hay una distancia de cien varas, medida que se utilizaba antaño y que equivale a menos de un metro.

En un paseo por sus calles se pueden hacer también interesantes visitas a sus colecciones etnográficas (Molino Hadriano y Museo de Artes Populares).

Hay que tener en cuenta que Cómpeta tiene una historia que se remonta a los romanos. Fueron ellos los que le dieron nombre a este lugar único de la Axarquía. Su nombre significa "cruce de caminos" y "lugar de encuentro"; no en vano, hoy habitan sus tierras gentes de 38 nacionalidades distintas, signo de que el que llega, se queda. Se sumerge en ella.

Buena parte del encanto de Cómpeta reside en su entorno. Éste se puede recorrer a través de emocionantes rutas de senderismo, como la que lleva desde la zona alta

del casco urbano hasta la cima del Lucero -también llamada 'Raspón de los Moriscos'-.

Otra buena opción para disfrutar de la naturaleza es acercarse hasta la aldea de El Acebuchal, recuperada en los últimos años para el turismo rural. Allí, además de un restaurante y varias casas que sirven como alojamiento para los que quieran desconectar, está el punto de partida de algunos itinerarios de interés que discurren por el conocido como parque natural de las Sierras de Tejeda, Almirajara y Alhama.

También se pueden dar paseos muy agradables en plena naturaleza por el entorno del enclave conocido como la Fábrica de la Luz de Cómpeta -no se debe confundir con la que hay en Canillas de Albaida-.

Además, hoy Cómpeta ofrece una variada oferta cultural y deportiva, ya que cuenta con múltiples instalaciones deportivas y una red de antiguos senderos que cruzan toda la sierra y que te llevarán al paraíso que esconde la Sierra Almirajara en cualquiera de sus ubicaciones.

¿CÓMO LLEGAR. Para llegar hasta Cómpeta la principal opción pasa por usar la autovía del Mediterráneo hasta la salida de Algarrobo. Desde allí se toma una carretera sinuosa que pasa antes por Sayalonga y después junto a Árchez. También existen alternativas desde Torrox Pueblo.

¿DÓNDE COMER: Entre los platos más típicos: potaje de hinojos, calabaza frita, arroz caldoso con bacalao, carnes al vino de Cómpeta y las migas con ensalada arriera. Todo ello combinado con un vasito de vino del terreno. Dentro del casco urbano, hay varias opciones para disfrutar tanto de las tapas como de distintos platos de la comarca de la Axarquía.

¿DÓNDE HOSPEDARSE: Dentro del casco urbano existen muchas opciones para alojarse. Entre ellas, están la Posada del Cani, el hotel Balcón de la Axarquía -también cuenta con bungalós-, La Vista, Almirajara Residence o la Casa de Kon. En el entorno, destacan especialmente las casas rurales de la aldea del Acebuchal y casi una decena de alojamientos gestionados por la empresa Salamandra Rural.



La Garganta, entorno natural privilegiado

Imagina unas vistas tan espectaculares como el Desfiladero de los Gaitanes... Una terraza debajo de una parra donde pasar las horas... Un salón acogedor donde disfrutar de cocina casera... Imagina cómo puede ser un día en un entorno tan especial como los alrededores del Caminito del Rey. Espectacular, ¿verdad? Puedes hacerlo realidad visitando el Complejo Turístico Rural La Garganta, que cuenta, además, con instalaciones ampliadas para acoger grandes eventos y celebraciones de todo tipo. En La Garganta encontrarás también habitaciones con distintas capacidades y apartamentos tipo dúplex, además de piscina con hidromasaje y sala de reuniones. Las posibilidades de ocio y disfrute de La Garganta son inmejorables: visita al Ca-

minito del Rey o a las ruinas de Bobastro, senderismo y otras actividades relacionadas con la naturaleza, experiencias gastronómicas y cocina local donde priman los productos del Valle del Guadalhorce. Abierto todo el año. Regala una experiencia única en plena naturaleza estas navidades.

Barriada El Chorro s/n, junto a la estación de Renfe. Álora (Málaga).
Tlf. +34 952 49 50 00 / 607 707 759 (atienden vía whatsapp).
www.lagarganta.com - info@lagarganta.com
Facebook: Complejo Turístico Rural La Garganta / Twitter: @ctrlagarganta



HIP, el mayor evento de innovación Horeca

HIP - Horeca Professional Expo (18-20 FEB 2019 | Madrid - IFE-MA) es el mayor evento profesional de innovación para cada uno de los segmentos del canal Horeca. Se celebra junto a Hospitality 4.0, el congreso internacional de tendencias y nuevos conceptos de negocio que reúne a más de 350 expertos internacionales en 10 auditorios. Hospitality 4.0 acogerá la 10ª Edición de Restaurant Trends de Marcas de Restauración, la cumbre para directivos de la restauración organizada; CookRoom, showcookings con las últimas tendencias gastronómicas; y Culinary Action! de Basque Culinary Center, para descubrir los modelos de negocio con restauradores de éxito; o Perfect Restaurant Project, dónde expertos

de todos los ámbitos de la restauración establecerán las bases de cómo debe ser un restaurante perfecto, entre otras. HIP2019 reunirá a más de 20.000 profesionales en torno a más de 400 marcas que presentarán las últimas novedades en alimentación y bebidas, maquinaria, equipamiento, instalaciones, menaje, textil, packaging, interiorismo, mobiliario, tecnología, servicios o nuevos conceptos de negocio. Consigue con Agro Magazine un 50% de descuento en tu pase para HIP2019 con el código: HIP19AGRO50

www.expohip.com
Facebook: HIP - Hospitality Innovation Planet - Twitter: @expohip



TU HISTORIA en ANTEQUERA

Directa a tu corazón

La Fundación Ciudades Medias del Centro de Andalucía, entidad pública sin ánimo de lucro, gestiona en Antequera, a través de la marca Tu historia en Antequera, el Recinto Monumental de la Alcazaba-Real Colegiata de Sta. María la Mayor, con el objetivo fundamental de dar a conocer el pasado histórico de la ciudad, haciendo especial hincapié en difundir la importancia de Antequera, como enclave estratégico en época de la Reconquista, y centro neurálgico de la cultura en el Siglo de Oro y posteriormente.

La marca Tu historia ofrece en estos espacios, novedosos productos turísticos que permiten al visitante no solo conocer el pasado de esta bella ciudad, situada en el corazón de Andalucía, sino también sus tradiciones y deliciosa y variada gastronomía, bajo la denominación de "Experiencias a la carta" en Antequera. Mues-

tra de ello son "Antequera Monumental", un producto que permite al turista, con una sola entrada, visitar cuatro de los monumentos más emblemáticos de la ciudad, como el Recinto Monumental Alcazaba-Real Colegiata, el Museo de la Ciudad y la Iglesia de San Juan de Dios; "Saborea Antequera", que ofrece al turista la opción de visitar el Recinto Monumental Alcazaba-Real Colegiata, para, a continuación, concluir la jornada disfrutando de una copa y tapa en el Restaurante Plaza de Toros, ubicado en los bajos del coso taurino, uno de los más antiguos y bellos de Andalucía, llevándose con todo ello, un recuerdo inolvidable de la ciudad.

Asimismo, fuera del horario de apertura, Tu historia realiza actividades muy especiales, durante todo el año.

Espectáculos sensoriales, bajo la denominación de "Paladares de

Andalucía", una experiencia única en la que, durante el transcurso de una cena, los sentidos serán los protagonistas, exceptuando el de la vista, para permitirle descubrir los hitos más representativos de nuestra tierra en un enclave único, como es la Real Colegiata de Sta. María La Mayor; "Viaje al Siglo de Oro", con la que disfrutar, de una experiencia que trasladará a los asistentes a esta importante época de esplendor literario; "La Colegiata Encantada" Monumental Escape Room, experiencia en la que los participantes se convertirán en intrépidos investigadores, con un objetivo, recuperar parte del valioso legado de la poetisa antequerana Cristobalina Fernández de Alarcón y lograr salir de la Real Colegiata de Santa María La Mayor en menos de 1 hora; "Noches soñadas en la Alcazaba", experiencia puesta en marcha en la época estival, que ofrece

al visitante un recorrido guiado por la Alcazaba, bajo la luz de la luna; Momentos de aprendizaje y diversión para los escolares, viviendo una "Aventura en el Reloj", son sólo algunas de las propuestas que Tu historia en Antequera ofrece, creando nuevas experiencias cada año, para el disfrute de los visitantes que desean conocer el pasado del corazón de Andalucía y sentirse protagonistas de bellas historias, así como la experiencia "Noche de Ánimas", actividad especial desarrollada exclusivamente en la noche del 31 de octubre, víspera del Día de Todos los Santos, en la que la tradición y el miedo se convierten en protagonistas, durante un recorrido estremecedor.

En definitiva, un proyecto turístico innovador, ideado para el disfrute de los visitantes que desean vivir la historia de una forma original y diferente.

Recinto Monumental Alcazaba-Real Colegiata | Antequera | C.P. 29200 | Tel. 951700737 | www.tuhistoria.org | antequera@tuhistoria.org



“SABOREA ANTEQUERA”, la mejor forma de disfrutar del patrimonio y la gastronomía del corazón de Andalucía

La Fundación Ciudades Medias del Centro de Andalucía, gestiona en Antequera, a través de la marca Tu historia en Antequera, el Recinto Monumental de la Alcazaba-Real Colegiata de Sta. María la Mayor, espacios en los que realiza actividades muy especiales, bajo la denominación de “Experiencias a la carta” en Antequera.

De entre todas estas experiencias, en esta ocasión, queremos destacar el producto turístico, “Saborea Antequera”. Esta experiencia, nace de la idea de fusionar lo más representativo de esta bella ciudad, como son el patrimonio y la gastronomía, facilitando así un conocimiento más profundo de las raíces de nuestra cultura y modo de vida.

Con ello también conseguimos que el visitante no limite su visita solamente a la zona o monumental de la ciudad de Antequera, si no que visite además su centro histórico y comercial, que consume productos artesanos y sobre todo se lleve una experiencia mucho más completa, combinando Visita Monumental + Gastronomía: copa y tapa del plato típico “Porra Antequerana”.

“Saborea Antequera”, ofrece al turista la opción de elegir entre cuatro modalidades de visita al Recinto Monumental Alcazaba-Real Colegiata, para, a continuación, concluir la jornada con un ágape que consta de bebida y tapa y visitar la Plaza de toros de Antequera, una de las más antiguas y bellas de Andalucía, llevándose con todo ello, un recuerdo inolvidable de la ciudad.

DESAFÍO MONTE HACHO

THE MONTE HACHO CHALLENGE

Para empezar 2019 con buen pie y cumplir con algunos de esos propósitos que nos hemos marcado para el nuevo año, como puede ser mantenernos en forma haciendo deporte, aprovechar el fin de semana con un plan saludable y conocer un poco más de nuestro entorno natural, te planteamos una ruta por el interior de Málaga que seguramente disfrutarás mientras la haces con tus amigos o familia: el Monte Hacho, un enclave que se encuentra ubicado en la comarca del Valle del Guadalhorce; toda una experiencia que además te permitirá entrar en contacto con la fauna y flora del interior de Andalucía.

En- *We have a plan for you to start 2019 on the right foot and fulfill some of your New Year resolutions if they included doing exercise to keep fit. Our health plan will also allow you to enjoy more of the countryside around Malaga with friends and family. Monte Hacho is a part of the Guadalhorce valley and offers the opportunity to appreciate the flora and fauna of inland Andalucía.*

Una de las salidas la puedes iniciar desde el municipio de Álora, partiendo desde el núcleo urbano o desde la Fuente de la Higuera para completar un recorrido de once kilómetros de una dificultad baja, y que además nos permite hacer algunas paradas durante el camino para disfrutar de las maravillosas vistas y captar, bien con nuestro móvil o una cámara fotográfica, algunas instantáneas que nos quedarán para el recuerdo.

En- *You can start your walk from Alora town centre or from the Fuente de la Higuera. It is an 11 kilometre easy walk with rests*

to contemplate the fantastic views and take souvenir photos with camera or phone.

A nuestro paso encontraremos la vegetación característica del área, entre ella pinos, almendros y olivos así como distintas formaciones rocosas como torcales que nos sorprenderán durante el trayecto; un sendero que durante su recorrido además nos aguarda un par de miradores, como el que se denomina el del portal de Belén, por su parecido y estructura similar a un nacimiento. Siempre viene bien respirar un poco y dar un descanso a las piernas mientras vemos las inigualables vistas de los tajos.

En- *You will be walking through the typical vegetation of the area: pine, almond and olive trees as well as the distinctive and surprising rock formations called torcales. There are a couple of viewing points on the way, one of which is called Portal de Belén for its likeness to the Bethlehem nativity scene. It's a good place to stop for a breather, rest the legs and admire the incomparable cliffs and gorges.*

También una parada se puede hacer en la Fuente de Pedro Sánchez, para refrescarte con el agua procedente de este caño, que, según

POR JUANJO ZAYAS

los lugareños, es de una gran calidad o en el vértice geodésico de dicho monte, que se localiza a más de 550 metros de altura, con vistas a la Sierra de Aguas, la de las Nieves y Huma.

En- *Stop at the Fuente de Pedro Sanchez and have a drink of the water that the locals consider excellent, or at the summit, 550 metres above sea level with views of the Sierra de Aguas, Sierra de las Nieves or Huma.*

Una vez que cumplimos con nuestro objetivo y llegamos a la cumbre de Monte Hacho, donde nos aguarda la cruz tan peculiar que corona su cima, podemos sentarnos y relajarnos con la contemplación de las espectaculares vistas del Valle de Guadalhorce, vislumbrando el pequeño pueblo de Álora a vista de águila.

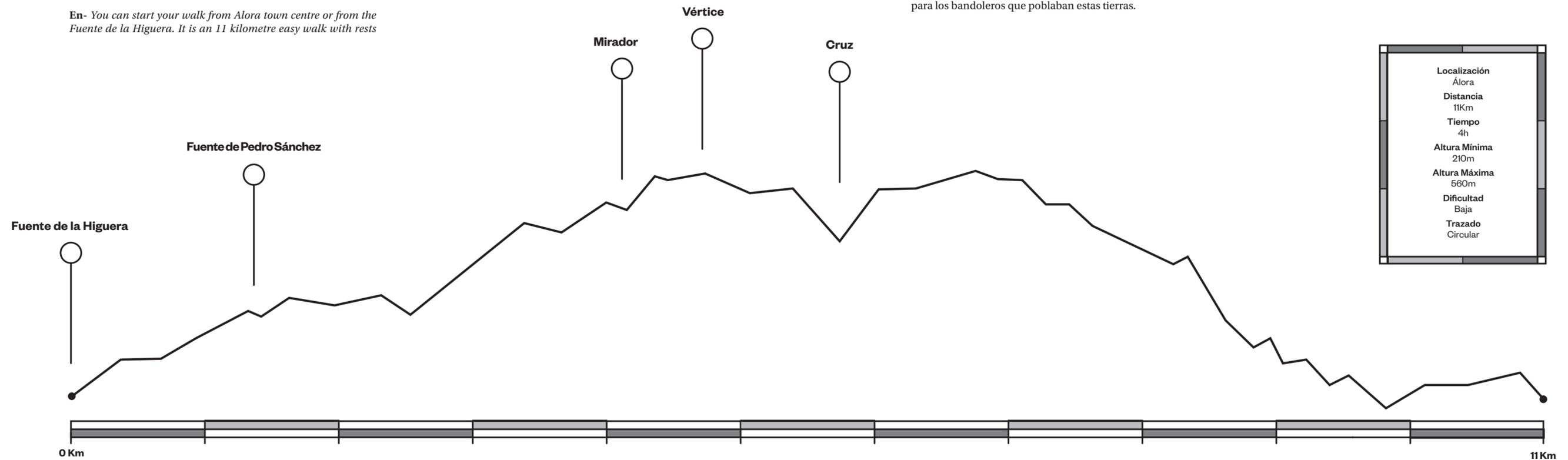
En- *When we reach the summit of Monte Hacho we can sit and relax under the cross that crowns it. From there we can enjoy the spectacular views of the Guadalhorce valley and and a bird's eye view of Alora.*

Si todavía andas con ganas de ver un lugar especial, puedes acercarte al Hoyo del Toril, donde se localizan una serie de cuevas que tienen su historia, ya que estaban destinadas para que los pastores pudieran dejar su ganado, así como poder refugiarse de las inclemencias del tiempo además de ser un escondite perfecto para los bandoleros que poblaban estas tierras.

En- *If you are ready to walk further, the Hoyo del Toril awaits you. Caves here historically were used by shepherds where they could leave their flocks or shelter in bad weather. They also made the perfect hiding place for the bandoleros who once inhabited the region.*

Y además para los amantes de las excitantes aventuras y de experimentar fuertes emociones, una opción perfecta es el descenso en parapente, volar desde las alturas mientras se contempla la comarca del Guadalhorce a tus pies, desde donde a través de los distintos puntos cardinales otear el mar Mediterráneo, la Sierra de las Nieves, el Torcal de Antequera, el Desfiladero de los Gaitanes y el Valle de Abdalajís. Por su orografía y su situación geográfica lo hacen un enclave idóneo para sobrevolarlos y que te lleva en dirección a la costa contemplando las laderas, aldeas y tajos que se abren a tu paso.

En- *And those of you, thrill seekers and adventure lovers, can paraglide back down over the Guadalhorce valley, glimpsing the Mediterrean, Sierra de las Nieves, Torcal de Antequera, Gaitanes gorge and the Abdalajis valley. It is a perfect spot for flying down towards the coast over the hills, villages and cliffs below.*





MANILVA ÚNICA, en cualquier época del año

"El paisaje es el estado del alma". Unamuno

En plena Costa del Sol, con un litoral de playas arenosas y rocosas ensenadas, se abre la panorámica de una Manilva marinera, mediterránea, vigía ante el cercano Estrecho, aunque enriquecida por las influencias que provienen del oeste, de tierras gaditanas; al norte, ante el imponente lienzo de sierra Bermeja, el Canuto de la Utrera le separa de Casares, ruta del padre de la patria andaluza Blas Infante; al este se extiende la costa hasta Estepona. Entre un paisaje de suaves colinas cultivadas y sembradas de cepas, se revela una blanca Manilva, guardiana de las tradiciones culturales, fruto de un binomio perfecto: viña y mar; es el paisaje el que hace el carácter de los manilveños.

Manilva Única. Es un espectáculo exclusivo de este pueblo, en toda la Costa del Sol Occidental, pasear por estas lomas colmadas de viñas y asistir a la inagotable sucesión de tonos ocres y rojos del otoño, a la verde frescura de sus pámpanos en primavera, a la vendimia de su uva cuando, desde el alba, cuadrillas dispersas, emiten el rítmico sonido metálico de sus tijeras en sintonía con los del paisaje, seleccionando la mejor uva moscatel para mesa, pasas o vino.

Manilva Única. En el Castillo de la Duquesa, de 1767, junto a una villa romana del s.II al V d.C.,

se aglutina una barriada de colores, olores y sabores marineros, donde el buen hacer se transmite en sus pescados y mariscos; sus playas, a levante y poniente, atesoran un paisaje litoral, aún, originario.

Manilva Única. La gastronomía y los servicios de un turismo consolidado se extienden por San Luis de Sabinillas, el otro baluarte de la tradición marinera de Manilva.

Manilva Única. Manilva, el pueblo, la villa, conserva el sabor y la tradición de Andalucía; el tejido de sus blancas calles, callejones y plazuelas, llevan desde su calle Mar hasta la iglesia de Santa Ana, su patrona. Cada primer domingo de septiembre, los manilveños celebran su gran fiesta: La Vendimia; ataviados de sus trajes típicos, aúnan el rito sagrado y el profano: la procesión, la ofrenda de la cosecha, la elección de reinas, el vestido, la música, el baile, las instituciones y la participación del pueblo en un clima en el que comparten los alimentos y el vino.

Manilva Única. El vino de Manilva, de tradición artesana y tan original y excelente como sus cepas; de ellas, de su moscatel de Alejandría, se obtienen los caldos dulces y secos tan apreciados en esta tierra tan especial, mágica y misteriosa.

"El viajero... se contenta... de oír lo que ve, de ver lo que oye, oler lo que siente en las puntas de los dedos y saborear en la lengua la sal que en este momento exacto está oyendo y viendo en la ola que viene del mar abierto". José Saramago



Fotografías: Sonia Mateo Moreno



MANILVA UNIQUE, in every single season

"The landscape is the state of the soul". Unamuno

Situated in the heart of the Costa del Sol with a coastline of sandy beaches and rocky bays the panorama of Manilva opens up before us, seafaring, Mediterranean and watchful of the Straits, enriched by the influences from Cadiz to the west; to the north, below the imposing Sierra Bermeja mountains, it is separated from Casares by the "Canuto de la Utrera" the route of the father of the Andalusian homeland (Blas Infante); to the east the coastline stretches towards Estepona. A whitewashed Manilva nestles amid a landscape of rolling hills planted with grapevines, guardian of cultural traditions, the fruit of a perfect combination: vineyards and the sea, the landscape that forges the character of its inhabitants.

Unique Manilva. This is the only place on the western Costa del Sol that offers the spectacle of walking over the vine-covered hills and admiring the neverending succession of autumnal tones of red a yellow, the fresh green branches in the spring, the grape harvest that starts at dawn each day with the rythmical metallic clicking sound of the pickers' scissiors in harmony with the landscape as they select the best muscat grapes for drying, eating or for wine.

Unique Manilva. In the Castle of La Duquesa, built in 1767, next to an ancient Roman villa

dating from the 2nd to 5th century D.C. there is a wide range of colours, smells and tastes of the sea. The skills of the fishermen are reflected in the quality of the seafood and shellfish. The unspoiled beaches stretch from east to west.

Unique Manilva. The gastronomy the consolidated tourist infrastructure reach as far as San Luis de Sabanillas, another stronghold of Manilva's seafaring tradition.

Unique Manilva. Manilva has retained its Andalusian flavour and traditions. White-washed winding streets, alleys and squares meander from Calle Mar to the parish church of Santa Ana. Every year, on the first sunday of September, the locals celebrate their big fiesta: the Vendimia or grape harvest. Dressed in traditional costume they combine the sacred with the profane: the procession, the harvest offering, the election of beauty queens, the costumes, the music, the dancing, the local authorities and the villagers all join in to share the food and wine.

Unique Manilva. Manilva's wine is locally produced by traditional methods and is as excellent as the vines it comes from. The muscat of Alexandria grapes produce both sweet and dry wines, so highly regarded in this special, magical and mysterious land.

"The traveller... is content... to hear what he sees and to see what he hears smell what he feels on his fingertips and savour the salt on his tongue as he hears and sees the wave rolling in from the sea". José Saramago



Fotografías: Miguel Ángel García

Almendros en flor



El color primaveral del invierno malagueño

The Almond Trees are in Flower: Spring Colours in the Malaga Winter

JUANJO ZAYAS • FOTOS: AGRO

El invierno malagueño comienza cada año con mucho color, gracias a la floración del almendro. Desde los primeros días de enero hasta incluso mediados de febrero -dependiendo del año-, este árbol tan vinculado hoy a Andalucía se llena de tonos blancos y rosáceos para crear un sorprendente contraste que, eso sí, no suele durar más de tres semanas.

En-*Every winter in Malaga bursts into an explosion of colour. From the beginning January until mid February, depending on the year, the almond trees that are so much part of the Andalusian countryside fill the region with their pink and white flowers to create a surprising contrast that lasts only a brief three weeks.*

Basta con darse una vuelta por el interior de Málaga para ver cientos de almendros en flor entre los últimos días de enero y el mes de febrero. Los colores rosa y blanco se entremezclan en estos árboles, cuyos frutos son fundamentales para entender la gastronomía de Andalucía.

En-*Take a drive around the hinterland and admire the hundreds of almond trees in flower in the first days of winter. The mixed pink and white blossom of these trees is fundamental in understanding Malaga's gastronomy.*

Para ver almendros en flor existen numerosas posibilidades. En la salida de Málaga por el norte, se pueden ver muchos. En especial, sobresalen los situados en el parque natural de Los Montes de Málaga y los que respaldan al coqueto pueblo de Casabermeja. Quienes hagan el paseo urbano que hay por su circunvalación o realicen la ruta de senderismo que va hasta Torre Zambra se podrán llevar en sus cámaras fotográficas o en sus retinas verdaderas postales de este fenómeno florido.

En-*There are several options to see the flowering. Going north from the city one can see many. Especially delightful are the trees in the nature reserve of Montes de Malaga and those surrounding the pretty village of Casabermeja. A walk around the village or along the trail to Torre Zambra can preserve on camera or etch on the visual memory magnificent post cards of the flowery phenomenon.*

En especial, los que asciendan hasta la mencionada atalaya, tendrán panorámicas sorprendentes de esta zona situada entre los Montes de Málaga, la Vega de Antequera y el Valle del Guadalhorce, donde los almendros en flor salpican con su contraste parcelas agrícolas y cerros.

En-*Those who walk up to the old watch tower will have wonderful bird's eye views of the area between the Montes de Malaga, the Antequera plain and the Guadalhorce valley where the almond flowers scatter their colour among the fields and hills.*

En el Valle del Guadalhorce, también sobresalen verdaderas postales, como las de Almogía, Álora, Pizarra o Cártama. En este último pueblo, donde tiene su sede la cooperativa Almedrera del Sur -Almensur-, se puede disfrutar especialmente de los almendros en flor en el camino que va hacia la emblemática ermita de las Tres Cruces. Es más, esta capilla, nexo de unión con los otros tres municipios mencionados, es uno de los sitios más recomendados para disfrutar de este color primaveral del invierno malagueño.

En-*The Guadalhorce valley offers fantastic vistas from Almogía, Álora, Pizarra or Cartama, home to the Almedrera del Sur Cooperative (Almensur). From here, walk along to the Tres Cruces chapel and admire the flowers along the way. The chapel forms a link between the other three villages mentioned and it is recommended as the best spot for enjoying Malaga's spring colour in winter.*

Entre otros enclaves, merece la pena acercarse hasta el Desfiladero de los Gaitanes, un enclave ya de por sí mágico, para sacar más partido al contraste de rosáceos, verdes y azules. Así, quienes visiten estos días el Caminito del Rey o su entorno podrán disfrutar de ese espectáculo desde algunas lomas cercanas.

En-*The Gaitanes gorge is magical in its own right, full of pinks, greens and blues so anyone visiting the Caminito del Rey can enjoy this spectacle from the nearby hills.*

Otras zonas donde también se aprecian fácilmente son pueblos de la Axarquía, la comarca oriental, como Arenas, Moclinejo o Almáchar, entre otros. En el primero de ellos, la entrada al pueblo desde la carretera que lo une con Vélez-Málaga resulta espectacular cuando la floración del almendro está en su apogeo.

Los almendros en flor se dispersan también en otras zonas de la provincia. Así se pueden ver interesantes almendrales en el entorno de Carratraca o de Ardales, pueblos situados ya en la comarca del Guadalteba. También se pueden apreciar paisajes similares en una incursión hacia la Sierra de las Nieves y, más concretamente, en los alrededores de las villas de Tolox, Monda o Guaro, donde el almendro en flor compite con la belleza del olivar que proporciona la famosa aceituna de la variedad manzanilla aloreña.

En-*The villages of the Axarquía to the east, Arenas, Moclinejo or Almachar, are great spots too. The entrance to Arenas, just off the main Velez Malaga road, displays a spectacular flowering of the almond trees at their height. The flowering spreads over other areas in the province, Carratraca or Ardales in the Guadalteba region. Similar landscapes are to be found in the Sierra de las Nieves around the villages of Tolox, Monda or Guaro where the almond flower competes with the olive groves that produce the afamed manzanilla aloreña olive variety.*

En el caso del pueblo de Guaro, concretamente, están tan orgullosos de la espectacularidad del paisaje cuando florece este árbol que han instaurado un evento temático. Así, éste 28 de enero tendrá lugar una nueva edición del Día del Almendro. Durante la jornada, los visitantes podrán hacer rutas de senderismo por el entorno para deleitarse con los colores que otorga el invierno en estas tierras.

En-*Guaro, especially, is so proud of its spectacular flowery landscape that they have instituted a theme event. On 28 January they will hold a new edition of Almond Day (Día del Almendro). Visitors can enjoy walks around the village and delight in the colours that winter has bestowed on the land.*



Frigiliana, luz de Andalucía

Frigiliana, en la provincia de Málaga, es un precioso pueblo blanco perteneciente al grupo de 'Los Pueblos más Bonitos de España'. Situado al pie de las montañas de la Sierra Almirajara y a cinco kilómetros de las playas de Nerja, es Premio Nacional de Embellecimiento.

Un paseo por su casco antiguo morisco mudéjar, de estrechas y sinuosas calles, hará gozar todos tus sentidos mientras disfrutas de las vistas al Mediterráneo. La Semana Santa frigilianense, con sus procesiones recorriendo sus sinuosas calles de escaleras, es única, destacando las procesiones del Jueves, Viernes y del Domingo de Resurrección. El último fin de semana de agosto se celebra el Festival de las 3 Culturas, conmemoración de la bue-

na convivencia que tuvieron cristianos, musulmanes y judíos en Frigiliana (Villa de las 3 Culturas). Se instala un gran mercado medieval y se celebran multitud de conciertos, conferencias y actividades gratuitas para niños, jóvenes y mayores. ¡ No dejes de visitar Frigiliana !

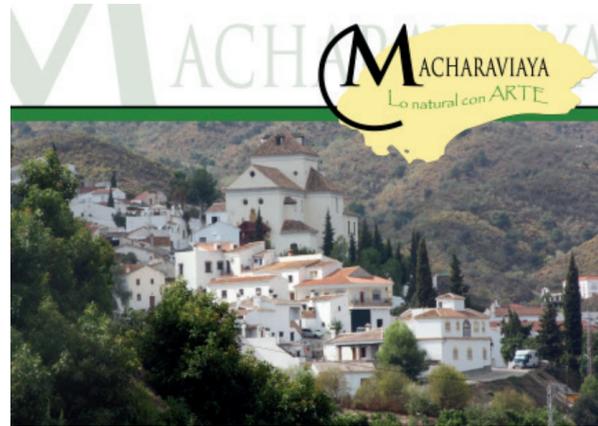
Ayuntamiento de Frigiliana | Calle Real 80 | 29788-Frigiliana (Málaga)
Centralita Ayuntamiento: 95 253 30 02 | Oficina de turismo: 95 253 42 61
www.frigiliana.es



Ojén

Ojén nació de cara al Mediterráneo y sus blancas casas se acomodan a los pies de una áspera sierra. Sus calles, plazas, albarradas y rincones reciben el cuidado de atentos vecinos que las llenan de flores, creando la sensación de estar paseando por un gran jardín. En sus laberínticas calles se aprecia como Ojén exhala su origen islámico. Así, encontramos calles escalonadas, además de rincones aromatizados y coloreados por cientos de flores y plantas. Sobre este escenario se ha desarrollado una oferta de turismo ecológico-cultural donde los amantes de la naturaleza y la aventura disponen de un sinfín de actividades. La gastronomía serrana y mediterránea es otra de las singulares, donde se muestra omnipresente el aceite de oliva y todos los productos del lugar.

Camino de Marbella, 3, - C.P:29610 - Ojén (Málaga)
Teléfonos Ayuntamiento: 952 88 10 03 - 952 88 11 00 - www.ojen.es



Macharaviaya: Lo natural con arte

El municipio axárquico de Macharaviaya fue declarado, en el año 1972, Conjunto Histórico Artístico por el Ministerio de Cultura. Este pueblo blanco es un museo al aire libre en sí mismo, ya que cuenta con la Iglesia de San Jacinto, del siglo XVIII, construida por Los Galvez, que además son recordados en la localidad con un interesante museo que lleva su nombre. Junto a Macharaviaya, destaca también el núcleo de Benaque, donde se encuentra la Casa Natal del reconocido poeta Salvador Rueda o la Iglesia de Nuestra Señora de la Encarnación, antigua mezquita, restaurada recientemente. Ven y disfruta de lo natural con arte en Macharaviaya.

Plaza Matías de Gálvez, 2 - 29791. Macharaviaya, Málaga. - Tel. 952 400 042
www.macharaviaya.es - ayuntamiento@macharaviaya.es

MARBELLA ES TU DESTINO

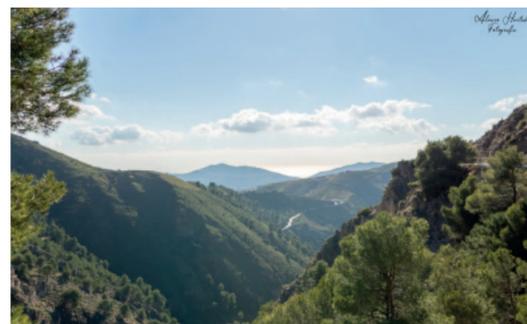
#marbellaestudestino 



MARBELLA

★★★★★ Destino 5 estrellas

Asentada en una hermosa bahía, Marbella alberga bellos rincones de sabor típicamente andaluz, con casas encaladas y naranjos que engalanan calles y plazas. Es, sin duda, uno de los lugares más emblemáticos de la Costa del Sol, con un rico patrimonio histórico, hermosas playas y el puerto deportivo más famoso del Sur de Europa, Puerto Banús. Su clima, su historia y la calidad de sus infraestructuras y servicios la convierten en una de las ciudades más bonitas y concurridas del Mediterráneo.



· PUEBLO MÁGICO DE ESPAÑA ·

Canillas de Aceituno

Puerta del Parque Natural y techo de la provincia de Málaga

A 645 metros de altura se extiende sobre la falda de Sierra Tejeda, a los pies del punto más alto de la provincia de Málaga, el pueblo de Canillas de Aceituno.

Este bello emplazamiento unido a siglos y siglos de Historia ha ido conformando un interesante patrimonio natural y humano que hace de este territorio un lugar imprescindible para el viajero que busque enclaves llenos de autenticidad.

Entre los vestigios más relevantes de su pasado en el plano monumental, se pueden destacar elementos de índole civil y religiosa, que hunden sus raíces desde el siglo XV en adelante, como por ejemplo: la Casa de los Diezmos, el Qanat del pilar grande, el aljibe del huertezuelo, la iglesia de Nuestra Señora del Rosario decorada en su interior con frescos del siglo XVI, los puentes medievales del río Bermuza; así como detalles arquitectónicos que vienen a recordar la clara herencia morisca que este pueblo aun conserva, como puede ser el trazado de sus calles, el tipismo de sus casas y el regadío tradicional mediante acequias y abancalamientos (o muros de piedra seca, recientemente declarados patrimonio inmaterial de la Humanidad por la UNESCO), como clara muestra también de la relación tan estrecha que este pueblo tenía y tiene con la agricultura.

En el ámbito de la gastronomía, Canillas de Aceituno ha llegado a ser un referente para los amantes de la "buena mesa" gracias sobre todo a dos productos estrella: la morcilla y el chivo al horno. Que pese a su sencillez pero gracias al buen hacer de restaurantes y carnicerías han alcanzado las cotas más altas en cuanto a calidad y aceptación.

En cuanto a su entorno, Canillas de Aceituno es uno de los exponentes más claros en lo que a turismo de naturaleza se refiere, ya que está dentro del Parque Natural de las Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama, y alberga dentro de su término, la cumbre Tejeda (2068 m.), conocida popularmente como "Maroma" y una de las subidas más espectaculares hasta ella. También podrá el visitante disfrutar de otro tipo de senderos gracias a su orografía privilegiada, entre los que cabe destacar las "Colás del Saltillo". Se trata éste de un itinerario que discurre a media ladera sobre el impresionante cañón del río Almanchares, en donde el visitante podrá disfrutar tanto de la fauna como de la flora, así como de las mejores vistas panorámicas que la situación del pueblo y el sendero ofrecen.

Estos son sólo algunos aspectos de los muchos más que el visitante podrá encontrar cuando visite este precioso pueblo de la Axarquía malagueña, "enclavado en lo natural, hundiendo sus raíces en siglos y siglos de Historia, pero mirando al futuro".

EL PUEBLO AXÁRQUICO DE CANILLAS DE ACEITUNO ES UNO DE LOS EXPOSITORES MÁS CLAROS EN LO QUE A TURISMO DE NATURALEZA SE REFIERE

Cueva del Tesoro

La única gruta de origen marino visitable en Europa.



La Cueva del Tesoro pertenece al conjunto de cuevas de El Cantal situado en Rincón de la Victoria, Málaga.

Este complejo subterráneo, de más de dos kilómetros y medio de longitud, representa la única gruta visitable de origen geológico marino en Europa, existiendo otras dos en América y Asia. Prueba de su formación son

las diversas oquedades y formas redondeadas de su interior. No debemos olvidar sus espeleotemas más recientes como diminutas estalactitas excéntricas además de bellas coladas.

Destaca su alto valor histórico y cultural proporcionado por su arte

prehistórico y materiales encontrados pertenecientes al Paleolítico Superior, del Solutrense y restos de cerámicas neolíticas.

La leyenda también tiene cabida en la cueva al creerse que aún sigue enterrado un tesoro escondido por el emperador almorávide Tasufin Ibn Alí en el siglo XII.

RINCÓN de la  VICTORIA
Lleno de vida

COSTA DEL SOL • AXARQUÍA

lleno de aventuras.



www.turismoenrincon.es



Restaurante - Hotel Rural Los Caracoles

Los Caracoles nos abre sus puertas para ofrecernos una experiencia de ensueño. Este restaurante y hotel rural ubicado en uno de los pueblos más bonitos de España, Frigiliana, en el corazón de la comarca de la Axarquía, se convierte en un lugar mágico donde disfrutar de una estancia en sus casitas que nos recuerdan a los cuentos de hadas, en mitad de un paraje con vistas espectaculares. Los caracoles nos traslada a otro tiempo, otro lugar y casi otro mundo. Podrás disfrutar de su restaurante de horno de leña y una amplia carta de platos y propuestas gastronómicas que te sorprenderán. Qué mejor manera de pasar San Valentín que vivir la experiencia que nos brinda Los Caracoles.

No dejes de visitar este nuevo restaurante y hotel rural...cuando te vayas querrás repetir...A magical place with spectacular views, restaurant with wood oven and rural hotel in fairytale cottages.

Carretera Frigiliana Torrox, Km 4 - Frigiliana
Tel de reservas: 952 009 599 - Facebook: Sevillano nerja
www.hotelruralloscaracoles.com - info@hotelruralloscaracoles.com



Comares

Comares es conocido como Balcón de la Axarquía, ya que su gran altura permite obtener unas increíbles vistas panorámicas de toda la comarca. De origen Árabe, su situación demuestra el carácter de puesto vigía que debió tener y su fisonomía conserva los rasgos de los pueblos que se forman en torno a una fortaleza, con calles sinuosas y estrechas de casas blancas. Encontramos tres Bienes de Interés Cultural: la Tahona, la Iglesia y la Mesa de Mazmullar, donde se encuentra una ciudad del siglo X, XI y en ella está su histórico Aljibe. Turismo, tirolina, vías ferraras de escalada y rutas de senderismo complementan la gran oferta cultural, gastronómica y de casas rurales que tiene Comares, famoso también por sus Verdiales. Este año, además, ha sido reconocido como pueblo Mágico de España.

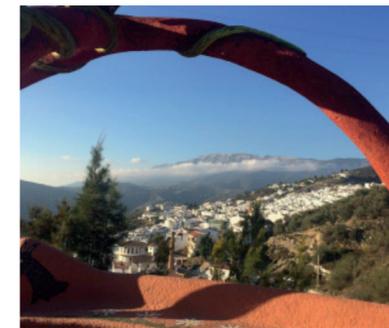
Plaza Balcón de la Axarquía, 1, C.P.:29195 Comares (Málaga)
Tel. 952 509 233 - www.comares.es



Salares

El espíritu de Al-Ándalus se resiste a abandonar uno de los pueblos de la Axarquía con más encanto. Incluido dentro de la denominada Ruta del Mudéjar, este pueblo guarda en su corazón un valioso patrimonio de origen medieval. En el centro de esta localidad se encuentra una de las joyas arquitectónicas de Al-Ándalus en la provincia de Málaga, el alminar de la iglesia de Santa Ana, construido entre los siglos XIII y XIV. Cerca del alminar, se encuentra el denominado como el Puente Romano, llamado así por la creencia de que fue construido en esa época. Salares puede presumir de tener un singular entorno ecológico gracias a la cercanía del parque natural de las Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama. Descubre también sus tradiciones y su gastronomía.

Ayuntamiento de Salares - Plaza de la Mezquita, 2. Salares (Málaga)
Tel. 952508903 - www.salares.es



CÓMPETA

CORNISA DE LA COSTA DEL SOL

Ubicada al pie de la Sierra Almijara, mirando al mar Mediterráneo y separada de Málaga a tan solo 50 kilómetros. A Cómpeeta te la encontrarás de golpe, como un regalo del cielo, toda vestida de blanco y hermosa, con las sierras Tejeda y Almijara de fondo. Cómpeeta te invita a perderte por sus hermosas calles, disfrutar de sus magníficos paisajes, de su hondo olor a pueblo serrano, de sus típicos platos en cualquiera de sus establecimientos de restauración,

donde te tratarán como si te conocieran de toda la vida, ya que la hospitalidad es otra de sus características. Con un vasito de vino del terreno acompañarás los platos más tradicionales, basados en los productos de la tierra. A medio camino entre el mar y las cumbres, Cómpeeta es ese rincón mediterráneo donde dejarse llevar, hacer una parada y contemplar la vida, caminar por sus sendas y reencontrarse.

www.competa.es

C/ Rampa, 1, C.P.:29754 Cómpeeta (Málaga) | Tel. 952 516 006 - 952 516 381 | info@competa.es

la málaga más fantasmal

Las leyendas urbanas o historias terroríficas forman parte de nuestra cultura, relatos que nos ponen los pelos de punta y gran parte de ellos cuentan con una base de hechos reales acontecidos que los han inspirado. Se han extendido principalmente por el boca a boca, y en algunos casos incluso se ha registrado a modo de cuentos para no dormir, donde las almas en pena y otros seres fantásticos se resisten a abandonar el mundo de los vivos.

Urban legends or horror stories that give us goose bumps are part of our culture and are generally inspired by true happenings passed by word of mouth. In some cases they have become sleepless night stories where lost souls and other fantastic beings resist leaving the land of the living.

JUANJO ZAYAS - FOTOS: AGRO

Uno de esos ejemplos más gráficos lo encontramos en el Cortijo Jurado, una antigua hacienda de mediados del siglo XIX donde se dice que por la noche aparecen luces y otros fenómenos sin explicación lógica que ha atraído a numerosos investigadores de lo paranormal. Pero más allá de este símbolo de la Málaga más fantasmal, aquí te invitamos a visitar algunos edificios, calles y monumentos con historias similares, si es que te atreves.

One of the most graphic examples is Cortijo Jurado, an abandoned mid-19th century mansion. It is rumoured that unexplained lights and other phenomena appear at night and this has attracted the attention of various investigators of the paranormal. However, besides this symbol of phantasmal Malaga, if you dare, we invite you to visit other buildings, streets and monuments that can tell similar stories.

Si paseamos por el centro de la ciudad, nos encontramos con algunos de estos terroríficos sucesos que han dejado su huella. Uno de ellos fue en calle Císter, en las oficinas de una reconocida editorial, cuando en 1991 se registró una extraña y peculiar sacudida que provocó la caída de libros, la rotura de estantes y que se desplazaran varios muebles de forma poco natural; y que hizo que los empleados salieran corriendo del lugar. Y según fuentes oficiales no lo provocó ningún seísmo ya que en ese día no se registró ninguno por el entorno, lo que hace aún más extraño el suceso, un fenómeno que algunos calificaron como un caso de poltergeist. También los amantes de la ufología tienen en Málaga un curioso episodio durante la década de los setenta, cuando según comentan vecinos de Ciudad Jardín, avistaron a una flota de ovnis en el cielo o incluso el caso de un misterioso duende (así fue descrito) que llegó a contemplarse por el entorno de la Alcazabilla, según comentarios de los residentes, que aterrorizó el vecindario durante mediados de los años 30.

Wandering through the city centre you will come across some of these scary places that have left their mark. One of them was in Calle Cister, once the offices of a well-known publishing company. One day in 1991 there was a peculiar tremor that caused books to fall, smashed bookshelves, moved the furniture around unnaturally and sent the staff scurrying out of the building. And yet, according to official sources, no earthquake or seismic activity was registered on that day. This odd phenomenon was considered by some to be the work of a poltergeist. Ufologists also recount a curious episode in the Seventies when people of the Ciudad Jardin neighbourhood saw a fleet of UFOs and there is even the case of a strange creature, described as a duende, a mysterious ghostlike figure seen by many people living around the Alcazaba castle ruins, who terrorised the neighbourhood in the mid-1930s.

Uson sin duda los pequeños pueblos los que más historias de este tipo suelen ofrecernos. En el caso de Vélez-Málaga, tenemos la Casa Cervantes, un antiguo inmueble del siglo XVI que recibe su nombre porque allí se hospedó el ilustre escritor de Don Quijote de la Mancha. Y más allá de ser conocida por esta anécdota, también se le tiene como referencia por la aparición de un ser espectral a mediados de los ochenta, caracterizado por sus ropajes antiguos y con una oscuridad en su cara que le hizo popularizarse como el hombre sin rostro. Según se dice, siglos atrás se alojó una persona que falleció tras caerse a un pozo localizado en dicho inmueble. Su cara fue tapada con una tela negra debido al mal estado que

presentaba (de ahí la leyenda del hombre sin rostro) y su cuerpo no fue reclamado por ningún familiar, lo que alimentó más aún esta leyenda.

Villages often have more of these stories to tell. For instance, in Vélez-Malaga there is a 16th century mansion called Casa Cervantes where the illustrious author of Don Quixote de la Mancha once stayed. It is well-known for quite another reason. In the mid 1980s a faceless spectral apparition dressed in period costume was sighted. It was said that centuries earlier a man had died after falling into the well there and when the body was recovered they concealed his face with a black cloth to hide the terrible decomposition. The faceless man's body was never reclaimed by anyone and thus fuelled the legend with even more mystery.

Otro de esos sucesos sin explicación objetiva nos lo encontramos en el llamado rincón de las ánimas en la pedanía de Daimalos (Arenas), en el que señalan que se llegan a escuchar en torno a la medianoche cánticos y voces en uno de los muros de la iglesia de Nuestra Señora de la Concepción. La leyenda cuenta que un hombre que se hizo pasar por cura en este núcleo a finales del siglo XIX y que cometió una serie de actos delictivos en la zona, fue emparedado como castigo junto al recinto eclesiástico y que desde ese momento se oyen esos murmullos.

The hamlet of Daimalos, near the village of Arenas also has its own objectively inexplicable happening in what is known as 'the corner lost souls' where, at midnight, chanting and voices have been heard coming from inside one of the parish church walls. Legend has it that at the end of the 19th century a man passed himself off as a priest and under that guise committed a series of crimes. As punishment, he was entombed in a wall of the church and from that moment, the chanting began.

Pero estas, sin duda, son historias que también perduran gracias a la imaginación y la invención de quienes la transmitían de generación en generación, enriqueciéndolas con más detalles que posibilitan que persistan en la actualidad ¿O quizás no? Quién sabe... Como se solía decir en la reconocida serie 'Expediente X', "la verdad está ahí fuera".

These are clearly just stories handed down from generation to generation, each one in their turn embellishing them with imaginative details. Or perhaps not? Who knows? What we have learned from the well-known X Files series is that 'the truth is out there'.



CANILLAS DE ALBAIDA

LA PERLA DE LA AXARQUÍA

En plena Axarquía, a 50 kilómetros de Málaga, se encuentra Canillas de Albaida. Hacia el norte, se extiende hasta las cumbres de Sierra Almirajara, al límite de la provincia de Granada. Sus pronunciados desniveles y su arquitectura popular son dignos de un detenido recorrido en el que hay que incluir la Iglesia de Nuestra Señora de la Expectación y las Ermitas de Santa Ana y San Antón. A tres kilómetros del casco urbano, descubrimos el paraje de la Fá-

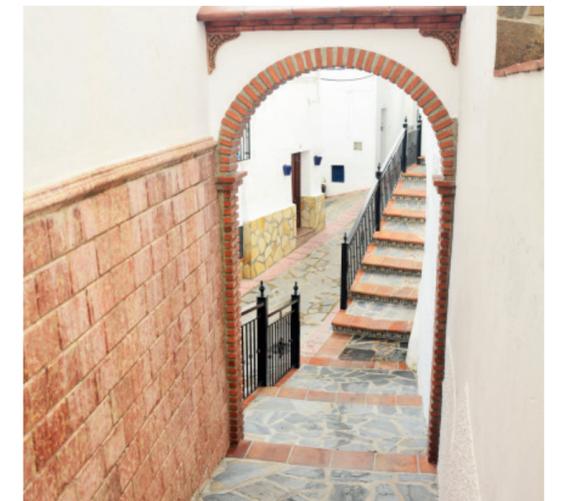
brica de la Luz, que es uno de los mejores escaparates del Parque Natural de las sierras de Almirajara, Tejeda y Alhama. También es punto de salida para las diversas rutas de senderismo que recorren el parque natural, entre ellas la Gran Senda de Málaga. Su gastronomía seducirá al visitante: platos autóctonos como el potaje de hinojos, las migas de harina, las gachas y el choto frito, sin olvidar el exquisito caldo de la tierra, el vino moscatel.

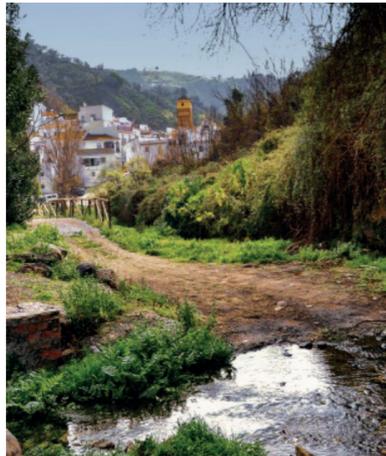
MÁS INFO:



www.canillasdealbaida.es

Plaza Nuestra Señora del Rosario | C.P: 29755 Canillas de Albaida (Málaga) | Tel. +34 952 55 30 0 | info@canillasdealbaida.es





ÁRCHEZ

PARAÍSO MUDÉJAR

desearás estar aquí

Parada obligatoria de la ruta mudéjar de la Axarquía y enclave privilegiado ubicado entre la Sierra de Tejera y Almirajara. Árchez es ejemplo y espejo de la Axarquía más auténtica con sus paisajes, su historia, gastronomía y tradicional cultivo de la vid. Calles laberínticas y empedradas y arquitectura de casas enca-ladas. Encontramos aquí una joya de la arquitectura árabe, el Alminar, Patrimonio Cultural Nacional desde 1979 y adosado a la Iglesia de la Encarnación. Árchez encandila con su paraje natural, por los paseos al borde del Río Turvilla junto a sus dos sus molinos de harina: Eulalio

y Matías, limitrofe este último con el municipio de Canillas de Albaida. El Sendero Manantial Molino Matías enlazará proxi-mamente con la Gran Senda de Málaga, acontecimiento que, sin duda, animará a visitantes a conocer, valorar e implicarse en la conservación de este municipio. El próximo 3 de febrero Árchez celebra la festividad de San Antón, una romería dedicada a su patrón y en la que se ben-de-cirán a todas las mascotas que acudan a este pueblo axárquico. Con un programa de actividades dirigido a todos los públicos y una paella popular para poner el fin de fiesta.

www.archez.es

Paseo del Río Turvilla s/n | C.P.:29753 Árchez (Málaga) | Tel. 952553159 | atpublico@archez.es



TORROX

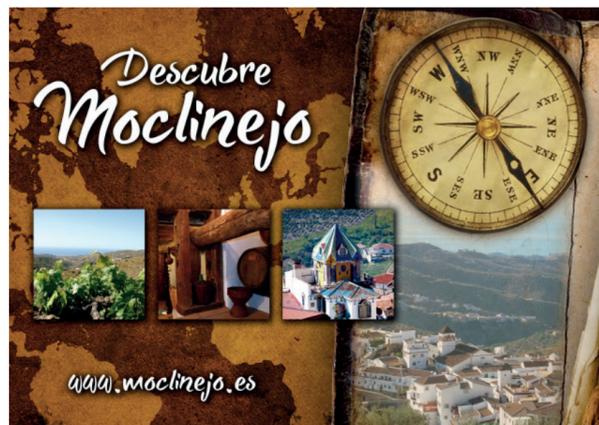
SOBRE RUEDAS

#TORROX #ELMORCHE #COSTADELSOL



Torrox
mejor clima de europa

Ayuntamiento
de Torrox
CONCEJALÍA DE TURISMO



Descubre Moclinejo

Moclinejo es un pueblo blanco de la Axarquía que está a sólo 15 minutos de la costa. Allí comienza la Ruta de la Pasa, por eso el vino, la pasa, la artesanía y la gastronomía hacen que sea un lugar exquisito y de visita obligada. Un pueblo de origen árabe, calles estrechas y fachadas andaluzas con historia. Visita el Museo-Bodega de A. Muñoz Cabrera, la Casa-Museo Axarquía en El Valdés, su taller de cerámica artesanal, la Sala de Exposiciones Antonio Segovia Lobillo y sus iglesias. Luego puedes reponer fuerzas en Saborea, Reyes, Román o Ruiz, establecimientos que ofrecen gastronomía y vinos típicos de la zona. Disponemos de rutas de senderismo y mountain bike señalizadas. Organiza: Cerámicas de Moclinejo. Colabora: Ayuntamiento de Moclinejo.

Plaza de España, 1. 29738. Moclinejo. Málaga. - Tel. 665 633 084 / 952 400 586
Twww.moclinejo.es - ceramicasmoclinejo@hotmail.com



Mancomunidad Axarquía

La Mancomunidad de Municipios de la Costa del Sol Axarquía seguirá trabajando y apoyando la agricultura y la agroalimentación en la comarca axárquica, especialmente el cultivo de la uva pasa, tras el importante reconocimiento de este fruto como Sistema Importante Agrícola Mundial, otorgado por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). "Este reconocimiento servirá para seguir potenciando el turismo de la comarca basado en los cultivos artesanales y sostenibles que son señas de identidad de unos pueblos axárquicos que lo han mantenido durante siglos", asegura el presidente de la Mancomunidad, Gregorio Campos.

Avda. de Andalucía, 110 - Torre del Mar
Tel. 952.542.808 - www.costadelsol-axarquia.com



Mazzocco Gourmet y Jamones Blázquez

Desde este mes de enero, la marca Jamones Blázquez comienza su distribución en Málaga de la mano de Mazzocco Gourmet, distribuidora de vinos y alimentación para alta restauración. Tras una década de relaciones comerciales entre Carmen Mazzocco y Blázquez, la empresa de Ibéricos y embutidos de calidad se suma al proyecto personal de Carmen.

Un siglo de historia caracteriza el trabajo de Jamones Blázquez, que se mantiene fiel a unos valores que nacen de la tradición y que conforman el secreto para la creación de jamones, embutidos y carnes frescas. El compromiso con la calidad ha sido el pilar sobre el que se ha ido construyendo Jamones Blázquez. Así lo evidencia el reconocimiento que durante seis años consecutivos ha recibido el grupo con el galardón Superior Taste Award (Premio al Sabor Superior) de tres estrellas, otorgado por el Instituto Internacional de

Sabor y Calidad. Y así lo pone de manifiesto la distribución de sus mejores jamones y productos ibéricos por todo el mundo. Jamones Blázquez cuenta con más de 30.000 hectáreas de dehesas repartidas por Andalucía, Extremadura y Salamanca y espacios privilegiados donde sus cerdos ibéricos se crían en libertad alimentados con las mejores bellotas en montanera. Un sabor cautivador de intensidad inigualable.

Mazzocco Gourmet
Calle Ter, núm. 17. 29006 Málaga
@carmenmazzocco



29 | ENERO 2019
gastro



La receta de Casa Bellota

Costillar, cerveza negra y miel de caña

En pleno corazón del Centro Histórico de Málaga se encuentra Casa Bellota. El establecimiento, que abrió sus puertas hace menos de un año, ofrece platos tradicionales y otros más actuales versionados por el chef malagueño Rodrigo Carnevali, quien propone para los lectores de Agro el costillar con cerveza negra y miel de caña- Se trata de un plato sencillo, lleno de matices en su sabor, que ha conquistado a los clientes de Casa Bellota. Una elaboración sencilla para sorprender a tus invitados y hacerle un homenaje a tu propio paladar.

Ingredientes para una ración

- 250 g. de costillar de cerdo
- Cerveza negra
- Miel de caña de Frigiliana
- Aove (aceite de oliva virgen extra)
- Sal
- Cebollino para decorar

Preparación

Marcar el costillar en la plancha con un poco de sal y aceite de oliva virgen extra. Reservar.

Para elaborar la salsa, poner en una cazuela cerveza negra y miel de caña de Frigiliana. Reducir la mezcla a fuego lento hasta que se haga caramelo. Poner más cantidad de cerveza o de miel en función del dulzor o amargor deseado para la salsa. Una vez conseguida la salsa con la textura de una melaza, incorporar el costillar y dejar hacer a fuego lento durante dos horas.

Para el emplatado, cortar las costillas y decorar con el cebollino. Se puede acompañar de patatas fritas.



Restaurante-Asador Lo PepeMolina

Tras su reciente reforma, el Restaurante-Asador Lo PepeMolina nos ofrece mucho más que su oferta de restauración y sus platos de carne como asador, ya que después de visitar Almayate se convierte en un lugar no solamente para saborear una buena comida o una cena incomparable, también es el lugar perfecto si queremos pasar la tarde degustando un café o una copa, para disfrutar de buenos momentos con los amigos y la familia gracias a sus instalaciones y los servicios que ofrece.

Con una capacidad para 350 comensales, se convierte en el lugar perfecto también para reuniones, encuentros, para echar un buen rato con los amigos o la familia, tanto en su zona interior como en la terraza, donde además se pueden degustar las tapas que ofrece Lo PepeMolina. Además, justo enfren-

te nos encontramos con una amplia zona de aparcamiento. Precisamente uno de sus platos estrella es el jamón asado o pata. Sus carnes elaboradas, como puede ser el secreto ibérico del Valle de Los Pedroches, presa ibérica de Guijuelo, angus, o el 'pescaíto' frito son algunas de sus especialidades, con productos seleccionados, y donde además disfrutar de una buena selección de vinos. Sus postres artesanales no dejan indiferente a ningún comensal y suponen el gran broche de oro de cualquier visita.

Calle Joselito de Málaga (Almayate) - Tel. Reservas al 952 55 60 07
www.lopepemolina.es - Facebook: Restaurante-Asador-Lo-PepeMolina
 Wifi gratis. Punto de venta de loterías. Amplio aparcamiento



OCHO Slow Food Bistro

Javier y David te dan la bienvenida a OCHO, un SLOW FOOD BISTRO, ubicado en pleno centro histórico de Málaga, a pocos metros de la Catedral. Un espacio muy peculiar, en el que el buen vino y el aroma a cocina argentina casera y artesana te van a cautivar. Un punto de encuentro para todos aquellos que buscan una experiencia gastronómica diferente.

Nuestra Carta incluye una amplia selección de carnes a la parrilla al estilo argentino, raza Black Angus Certificada Calidad Premium. Cortes tan emblemáticos como el vacío, la entraña, el asado de tira, el ojo de bife, y el infaltable bife de chorizo, son solo algunas de nuestras propuestas.

Además... ensaladas, quesos, empanadas, lo que se "picotea" en Argentina, y nuestra Carta de Especialidades del Chef, que incluye platos de autor y de cocina tradicional argentina que rotan estacionalmente. Sabores nuevos y de temporada que te sorprenderán, todo casero y artesanal. Para acompañar,

descubre nuestra Carta de Vinos con más de 190 referencias en botellas, 27 de copeo, donde encontrarás los mejores caldos de bodegas independientes, ecológicos y orgánicos del momento. Vinos que te invitan a descubrir un mundo de nuevas sensaciones.

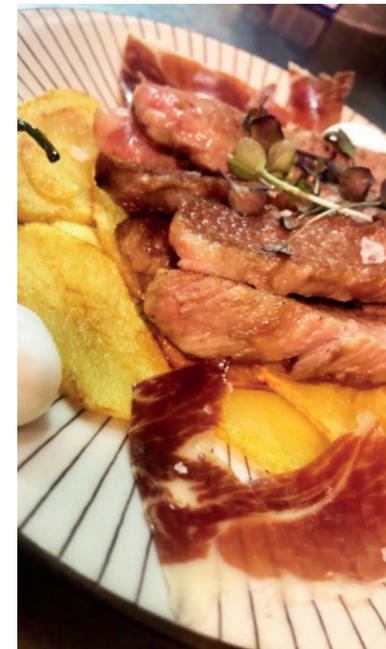
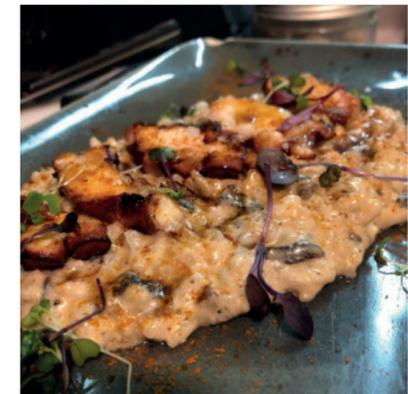
En OCHO todo se reduce a una máxima simple, tentadora y ancestral: #comebebesefeliz. Desde una copa de vino, pasando por el más tradicional de los picoteos, hasta la comida más glamurosa...OCHO te ofrece la Vida en un plato y el Mundo en una copa de vino. Eso sí... si tienes prisa, no vengas al OCHO.

Cocina Argentina Non Stop de 13,00 a 23,00 horas - Tienda de vinos
 Calle Pedro de Toledo, 2 - Málaga - Tel 654 901 944
www.restauranteocho.es

Facebook: ochowinebistro - Instagram: ochowinebistro - Twitter: ochowinebistro



¡YA PUEDES RESERVAR PARA EL DÍA DE SAN VALENTÍN!



La Taberna de Monroy es la evolución natural de Tapas y Pinchos Terral, que empezó su trayectoria en el año 2015 en la zona de Martínez Maldonado. Regentado por los jóvenes Alenjandro Fernández, en sala, y Carmen Pozo, en cocina, **La Taberna de Monroy** ofrece en el centro de Málaga, desde hace más de un año, platos que hunden sus raíces en la cocina tradicional cordobesa y que se presentan con toques modernos. Sus propuestas gastronómicas destacan por el profundo sabor natural de cada uno de los productos con los que cocinan sus deliciosas recetas. Prueba el *Tartar de Atún Rojo*, los *Canelones de Salmón Ahumado al Pesto*, las *apetitosas Croquetas de Rabo de Toro*, el *Foie de Pato Francés*, el *Mini Taco Frito Crujiente*, el *Secreto 100% Ibérico de Bellota* y otros muchos platos; acompáñalos con algunos de los vinos que ofrece en su amplia carta y en su establecimiento de La Vinoteca de Moreno. **En La Taberna de Monroy** te están esperando para que disfrutes de una cocina excepcional...

CALLE MORENO MONROY 3-6 | MÁLAGA CENTRO

Tel de reservas: 666 146 211 | reservas@morenomonroymalaga.com

FACEBOOK: La Taberna de Monroy INSTAGRAM: taberna_monroy



Marisquería Encinas

Disfruta de los mejores pescados y mariscos frescos traído directamente desde el Puerto de la Caleta de Vélez hasta tu mesa: cigalas, almejas, gambas, chopos, jibias, mejillones, conchas finas... Prueba el sabor de un buen pescaíto frito.

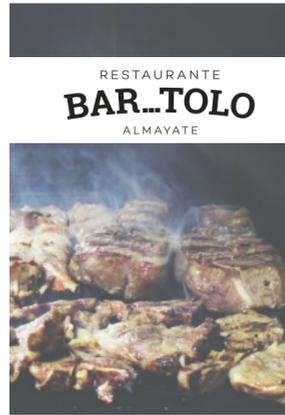
Carretera Almería, 70. El Morcho
653 857 458 - 638 840 792
Facebook: Marisquería Encinas



Marisquería El Kilómetro

Sin perder las recetas originales de nuestros antepasados, Marisquería El Kilómetro ofrece los mejores pescados y mariscos de nuestra bahía. Prueba nuestros espetos de jureles, sardinas, calamares... ¡Te van a encantar!

Calle Veleró 3. Edificio San Sebastián
Mezquitilla-Algarrobo - Tel.952849234
Fb-instagram: @marisqueriaelkilometro
Twitter : @mkilometro



Restaurante Bar...Tolo

Bar...Tolo que, tras casi 20 años desde su fundación, se ha convertido en un restaurante de estilo rústico, con una exquisita cocina casera, un ambiente familiar y un servicio de tapeo que atrae también al público joven. Buen hacer y trato cercano.

Calle Maestro Antonio Márquez,
local 7. Almayate
Tel. 952 55 66 12



La Despensa de Baco

Asesoramos y compartimos todo lo relacionado sobre el mundo del vino, la gastronomía, la agroalimentación, el enoturismo y de todo lo que tenga Sabor a Málaga.

Tel. 617 430 187
www.despensadebaco.es
Facebook: despensadebaco
Twitter: @despensadebaco



Málaga se come

Un mundo apasionante está aún sin descubrir en el interior de la provincia: la gastronomía. Si te gusta explorar sabores y conocer otros lugares, Málaga se come te lleva. Más de una veintena de actividades.

www.malagasecome.es
Tel. 655527948
Facebook: Malagasecome
Twitter: @malagasecome



Jamonería Rincón Ibérico

Esta Navidad, disfruta de nuestra selección de productos derivados del cerdo ibérico y gran variedad de vinos, patés, quesos, anchoas... Especialistas en delicatessen. Maestros cortadores de jamón. Consúltenos para sus eventos.

Calle Fenicios Edif. Euro2000, Local
bajo s/n. Torre del Mar - Málaga
(Frente al Hotel Mainake)
952 545 819 - www.rinconiberico.es



La Plata Casa Matilde

El Restaurante La Plata - Casa Matilde viene ofreciendo a sus clientes una exquisita variedad de platos de cocina tradicional mediterránea desde hace varias décadas. Prueba nuestro pescado y el timbal de salmón ahumado relleno de tartar de aguacate.

Carretera Málaga-Almería Km. 263
Benajarafe - Tel. 95251 35 86
laplatacasamatilde@hotmail.com



Restaurante El Yantar

Uno de los restaurantes referentes en pescados y mariscos frescos y de calidad en la comarca de la Axarquía. Cuenta con una amplia carta de vinos con decenas de referencias, donde destacan especialmente los malagueños.

Calle Pescadores, 1, Mezquitilla
Tel. 952 55 12 79



Casa Bellota

En Casa Bellota proponemos un concepto especial para degustar productos naturales de calidad, verdaderos protagonistas de nuestra gastronomía.

En nuestra Taberna podrás saborear los mejores platos de nuestra cocina, reinterpretados por el chef malagueño Rodrigo Carnevali, en un ambiente de excepción, con una cuidada decoración y un estilo propio. Mesas para compartir, espacio en la barra, mesas altas para tapear, terraza frente a la catedral...

Todo está pensado para vivir un momento único. En nuestra Boutique, déjate guiar por la selección de productos de calidad y llévate



a casa nuestra especialidad: jamón 100% ibérico de bellota. Disfruta con nosotros esta Navidad. Te esperamos en pleno corazón de Málaga para que disfrutes de la mejor gastronomía.

Molina Lario, 4. Málaga
Tel. 952 127 942
www.casabellota.es - reservas@casabellota.es
Facebook: Casa Bellota Málaga - Instagram: casabellotamalaga



Le Diner, Hotel Vincci Selección Posada del Patio

Situado en el centro histórico de Málaga, el restaurante Le Diner del Hotel Vincci Selección Posada del Patio es un gastrobar innovador que ofrece cocina fusión mediterránea y platos de autor, en un espacio acogedor y exclusivo, con el mundo del vino como uno de sus protagonistas. Su concepto de Wine Showroom dispone de una excelente selección de vinos, muchos de ellos malagueños, para combinar con lo mejor de la cocina mediterránea. Los clientes que lo deseen pueden adquirir cualquier referencia para disfrutarla también en casa. Esta labor en torno al vino le ha valido el Premio Puerta Nueva otorgado por el Consejo Regulador. Le Diner es un espacio donde celebrar una ocasión especial o saborear una experiencia diferente en el marco incomparable del centro de Málaga. Su oferta gastronómica enamora y es ideal para una reunión con



amigos o una íntima cena como colofón a una escapada romántica en Málaga. Su carta es un guiño a los productos de la tierra, ofreciendo propuestas como la Sinfonía de Tomates Malagueños, la Tabla de Quesos Malagueños o una selección de postres que son un recorrido por diferentes comarcas de la provincia, por todo ello el restaurante ostenta el distintivo de "Sabor a Málaga". Sus clientes pueden elegir también entre una selección de carnes y pescados de primera calidad o disfrutar del Rincón del Steak Tartar.

Pasillo Santa Isabel, 7. (Málaga). Tel. 951 001 020
www.vincuposadadelpatio.com - posadadelpatio@vincchoteles.com
Facebook: Hotel Vincci Selección Posada Del Patio Málaga
Instagram: vincchi_hoteles

DIEGO GUERRERO

• CHEF Y PROPIETARIO DE DSTAGE •

“CUANTAS MENOS REGLAS TENGAMOS,
MÁS CREATIVOS PODREMOS SER COCINANDO”

JUAN ALBERTO GÓMEZ • FOTOS: AGRO





Diego Guerrero (Vitoria, 1975) eligió la cocina por su vertiente creativa y su ansia de libertad. Tras concluir los estudios prefirió el arte culinario en lugar del Derecho, las Humanidades o las ingenierías. Ha sido un alumno aventajado, tanto en Zabalburu, la primera escuela que le vio crecer, como en Martín Berasategui donde coincidió con Andoni Luis Aduriz (dos estrellas Michelin). Con apenas 23 años, fue jefe de cocina de El Refor en Amurrio (Álava). Tras impulsar Club Allard en Madrid con la obtención de dos estrellas Michelin, Guerrero emprende el camino en solitario y en 2014 abre DSTAgE, su proyecto más personal. En apenas tres años, la biblia roja le concede dos merecidas estrellas. Incluso un tercer Sol en la Guía Repsol.

DIEGO GUERRERO CREE QUE LA COCINA ANDALUZA HA COBRADO MÁS PROTAGONISMO OCUPANDO AHORA EL PUESTO QUE MERECE

≈

Multiculturalidad, cocina sin fronteras... son alguno de los apelativos con el que los críticos describen su cocina. De cualquier modo, ¿cómo la definiría?

Trabajamos por una cocina libre. Cuantas menos reglas tengamos más creativos podremos ser. En realidad, tenemos todas las influencias, y ninguna, porque al final buscas un estilo muy personal basado en la honestidad y en la naturalidad. Tratamos de buscar un camino diferente y alternativo para hallar soluciones nuevas a las que ya existen.

Lleva cuatro años liderando el proyecto DSTAgE. ¿Cómo ha evolucionado su cocina desde entonces?

Cuatro años sin bajar el pie del acelerador, han contribuido a que el motor esté más engrasado, y tengamos un equipo más sólido. Transcurrida la segunda temporada, se apostó por un taller de creatividad externo para poder alcanzar el nivel creativo al que aspirábamos. El resultado es una infraestructura que nos permite estar mejor organizados para llegar un poquito más lejos.

En la pasada edición de Madrid Fusión comentaba durante una ponencia que los cocineros no sólo deben conocer los aromas, texturas y puntos de cocción de los alimentos, sino también la química que los liga y define. Recordaba que la leche era una emulsión en sí misma. ¿Nos puede aclarar esta reflexión?

Cuando impartí esta ponencia formulé una pregunta a los jóvenes asistentes. ¿Cuántos de vosotros sabéis de qué se componen los alimentos? Considero este conocimiento fun-

damental porque nos ayudará a entenderlos mejor y facilitará, por tanto, que lleguemos más rápido a la solución que deseamos.

Saber qué son los lípidos, las proteínas, qué es el agua, o los elementos minerales, nos brinda una visión clara y nos enseña un lenguaje mucho más universal. Ciertamente, los platos y las recetas, están sujetos a diversos componentes culturales, sociales o demográficos. Una mahonesa o un alioli, poseen un añadido cultural. Pero si lo abordas desde otro ángulo, todo cambia. En este sentido, cuando describimos una emulsión, estamos hablando un lenguaje que puede ser entendido por un asiático, un español o un africano.

¿Alguno de los platos que definan mejor su cocina o que hayan aterrizado últimamente?

Citarle clásicos es complicado teniendo en cuenta que mi cocina cambia muchísimo. Ayer mismo estrenábamos unos Callos Vegetales elaborados a partir del scoby de la Kombucha. El único plato que permanece es 'Maíz', una crema helada de palomitas de maíz cubierta con merengue de mango y aromatizado con vinagre de manzana, Tajín y de Jerez, y rodeado por una nube de algodón de azúcar. Otros son los Callos de Bacalao, el Maya, o el Morrillo de Atún con Morcilla de Beasáin.

¿Qué opinión te merece la cocina del sur que se está haciendo ahora?

La parte de vanguardia es la que, en mi opinión, ha cobrado más protagonismo y ha ocupado el puesto que merecía. Gracias a grandes compañeros que están allí como Ángel León, Dani García, Paco Morales, Kisko García, y tan-

tos otros. Le queda mucho recorrido y muchas cosas por hacer.

¿Algún guiño a la gastronomía del sur andaluz en su carta?

Bueno tenemos actualmente un plato, nada es lo que parece, que se llama Pescaito Frito. Lleva un adobo gaditano.

¿Qué consejo le daría a los jóvenes talentos que están llegando?

Esa pregunta es de las más bonitas y complejas. Vivimos unos momentos de cambio. Quizás, los consejos que damos los mayores, hoy día, no sean aplicables a los jóvenes. No tienen los mismos valores o en la misma escala que teníamos nosotros. La sociedad se va moviendo y las nuevas generaciones piensan de modo muy diferente. Creo que, a nivel personal y humano, estamos asistiendo a un periodo de cambio en las cocinas. No valen ni modelos ni formatos anteriores. Más que dar algunos consejos, pienso que los mayores deberíamos observar lo que vienen haciendo los que vienen detrás. Habría que preguntarles qué quieren y qué necesitan.

¿Hacia dónde va y qué camino sigue la cocina de vanguardia en España?

Parece que, cada año, la cocina debe ir a un sitio nuevo. Pienso que las revoluciones necesitan continuidad para que funcionen. No es preciso insistir en la mera novedad sin madurar. Venimos de una democratización de la cocina tanto a nivel social como de restauración y público. Espero que siga así. Y añadiría que, cada nueva temporada, hay que ser mejores en conciencia social, medioambiental.

gastro marketing
VICTORIA
MÁLAGA 1928

VIII CONGRESO DE
MARKETING GASTRONÓMICO

4 FEBRERO 2019 - MÁLAGA
www.gastromarketing.org

LUGAR: PALACIO DE FERIAS Y CONGRESOS DE MÁLAGA

EN EL MARCO DE
H&T

CONECTAMOS NEGOCIO & GASTRONOMÍA

Cerveza Victoria recomienda el consumo responsable. 4.8°

PATROCINA:

COLABORA:

ORGANIZA:



Cuéntanos tu idea, proyectar
tu futuro es nuestra especialidad

Auda. de las América, 14 - Alhaurín de la Torre. Málaga - Tel. 952 41 15 58
www.tecnyhostel.com - comercial@tecnyhostel.com - Facebook: Tecnyhostel - Twitter: @TecnyHostel



La artesana de la pasta

Una década ofreciendo una pasta de calidad superior en el sector hostelero desde Málaga. Pastas hechas a diario, 100% frescas y libres de conservantes y potenciadores, pues se distribuyen en congelado. La pasta se elabora e inmediatamente se congela en abatidor para conservar sus nutrientes. Materias primas de cercanía y productores locales de confianza. Por todo ello, contamos con el distintivo de SABOR A MÁLAGA. Nuestras referencias son: gnoquis, torteloni, raviolos, bases de pizza, masa para empanadas, canelones o lasagna, en distintas harinas. Pastas veganas y para alérgicos al huevo y a la leche, además de salsas como la auténtica boloñesa. Distribución nacional.

Av.de los guindos 31. Málaga - Tel. 654 51 41 54
Facebook:@masadeempanadas - Instagram:Laartesanelapasta
Atención local: Lunes a jueves de 9,00 a 21,00 y viernes y sábados de 9,00 a 13,30 h.



Marisquería-Freiduría Camary

Desde hace más de 16 años, Marisquería-Freiduría Camary ofrece a sus clientes, en primera línea de playa, los mejores pescados frescos y de la mejor calidad traídos directamente del mar a la mesa. Prueba sus espetos de sardinas, su variada oferta de pescaíto frito, su marisco, sus arroces caldosos, paellas y su fideuá. También sus brochetas de pescado a la plancha y sus tapas. Excelente servicio.

Paseo Marítimo de Mezquitilla
Tel. de Reservas en 952 55 03 99
Facebook: Marisquería- Freiduría Camary



Jordi Tapas Bar

Jordi cuenta con una carta de vinos con más de 70 referencias. Vinos de distintas denominaciones, variedades de uva y que tiene como protagonista los Vinos Málaga y Sierras de Málaga, con más de 20 en carta y otros tantos fuera de ella. Este establecimiento fue distinguido hace unos meses por el Consejo Regulador de las Denominaciones de Origen Málaga, Sierras de Málaga y Pasas de Málaga con el premio Puerta Nueva por su compromiso con el sector de la viña y el vino en la provincia de Málaga. Jordi es siempre

calidad, excelencia y buen precio. Abre todos los días a partir de las 12,00 horas. Los domingos, cerrado por descanso del personal. Disfruta de la Navidad con nosotros...

C/ Azucarera, 10. (Torre del Mar)
Tel. de reservas: 952 54 08 11
www.facebook.com/jordimesontapas



La Azotea-Hipódromo-Solarium

Ocio, diversión, buen ambiente y gastronomía. Vive y disfruta cada día en Torre del Mar de La Azotea-Hipódromo-Solarium, tres establecimientos ubicados junto al Mar Mediterráneo. Prueba también sus nuevas propuestas gastronómicas: sandwiches, burgers, ensaladas, roscas, crepes salados, pasta, pizza, arroces...además de sus deliciosos desayunos y meriendas. Y sus copas premium. En La Azotea-Hipódromo-Solarium te esperan para vivir instantes diferentes e inolvidables.

Terraza de Solarium Café - El Copo - Torre del Mar
Tel. 697 90 00 41
Facebook: Hipódromo - Solarium - La Azotea



Almijara Casual Bar

Entrar en el local del chef José Andrés Jiménez es una experiencia gastronómica de las que se quedan grabadas. Delicias culinarias de toda la vida, esencia y tradición, combinadas con platos novedosos. Calidad, técnica y, sobre todo, mucho mimo. Saborearemos pucheros y potajes de toda la vida con toques de aromas exóticos y los mejores vinos malagueños. O sus huevos rotos con jamón de bellota y trufa. En esta temporada, además, sirven arroz los viernes. Pasión por la cocina y magia en los calderos sin perder la identidad del pasado. Almijara Casual Bar es también sorpresa, innovación y gusto por los productos y vinos de la tierra. Nuevos tiempos para una cocina con raíces.

Pje. San Fernando, 3, 29002 Málaga - Tel. 951353900
Facebook: Mesón Almijara



Restaurante Paco El Churretero

Con una excelente terraza para disfrutar del buen tiempo y con un amplio salón, Restaurante Paco El Churretero te ofrece una carta con variadas propuestas gastronómicas de primera calidad en una ubicación incomparable: la mítica playa de Burriana, en Nerja. Cocina Gourmet, moderna e innovadora. Apuesta decidida por la elegancia, el servicio y los productos autóctonos de Málaga. No dejes de probar sus carnes, su chuletón gallego y buey, sus pescados y mariscos traídos directamente cada día de la bahía de Málaga así como de sus fabulosos postres caseros como el lollipop de helados rebozados, una delicia para el paladar. ¿A qué estás esperando?

Playa de Burriana- Nerja
Tel. 952 52 81 71
restaurante@pacoelchurretero.es



Caléndula Torremolinos

Los platos y tapas contemporáneos de Caléndula le han valido ser reconocido como un establecimiento de referencia en Torremolinos desde su apertura. Cocina mediterránea actual, fresca y creativa. Al frente de este establecimiento, Cristina y Lorena, dos jóvenes que han sabido armonizar perfectamente el trabajo de la cocina y la sala, ofreciendo a sus clientes una propuesta gastronómica de calidad y original, donde encontrar platos de la casa como el hummus con langostinos al ajillo, el bacalao carbón con mayonesa o el foie fresco a la plancha con PX sobre sobao pasiego. Contraste de texturas y sabores donde degustar una carta muy variada en un ambiente acogedor.

Calle Skal, núm. 6, local 3. (Pueblo Blanco) - Torremolinos
Tel. 951 10 46 42 - calendulatapas@gmail.com
Facebook: Caléndula Torremolinos - Instagram: @calendulatapas

RAW FOOD

¿ comida viva o moda pasajera ?

Texto: Juan Alberto Gómez

El camino que sigue la cocina actual fomentando dietas saludables y alimentos de proximidad, es innegable. Tanto más cuando se extienden los alimentos industriales y los productos azucarados o aquellos con altos niveles de grasas inadecuadas. En este entorno contradictorio, muchos han reaccionado abrazando dietas que propugnan una vuelta a la pureza, incluso a la ingenuidad en la cocina. El Raw Food o dieta crudivegana no es la mejor ni la peor de las nuevas tendencias culinarias. Tiene buenos argumentos porque busca preservar todos los nutrientes de los alimentos pero pierde fuelle cuando demoniza lácteos, huevos, cereales, carnes o pescados. De cualquier manera, suscita cierto interés y se coloca como una opción más para experimentar una vida saludable.

Empecemos. El 'raw food' defiende una alimentación basada en la ingesta crudívora. Es decir, frutas, verduras, hortalizas, frutos secos, brotes, legumbres, aceites o mantecas vegetales. En resumen, estas familias o cualquier derivado de ellas. Cuidado. No es lo mismo integrar el 'raw food' en nuestra alimentación (requiere una adaptación) que disfrutarlo a nivel de restauración. Bajo este punto de vista, representa una opción bastante válida. No en vano, todo lo que nos ofrecerá el chef será sano, de kilómetro cero aunque crudo o casi. Bueno, no nos asustemos. Hay sutiles diferencias y una de ellas es que estos alimentos se pueden cocinar siempre que la temperatura no supere los 45 °C. Según los defensores del crudoveganismo, es el único modo de preservar las propiedades y nutrientes de todo lo que comemos.

También está permitida la fermentación y la maceración de diferentes ingredientes con lo que obtendremos sabrosos platos. En lo tocante a los postres, el azúcar es sustituida por melazas o mieles. En este caso, se elaboran con frutas, semillas o frutos secos. Habíamos dicho que las harinas no están permitidas.

Entre las ventajas del raw food, figura su alto contenido en antioxidantes (frutas y verduras). Por otro lado, facilita la máxima absorción de enzimas, fibras, grasas y fitonutrientes ya que estos alimentos apenas sufren procesamiento. Como mucho, una cocción a baja temperatura. Además, contribuyen a fortalecer el sistema inmunológico y digestivo al impedir la ingesta de alimentos o ingredientes nocivos (grasas trans y saturadas, azúcares, etc.). No en vano, pro-

mueve la ingesta de productos en su estado natural o crudo. Muchos denominan al raw food como 'comida viva'. Los cocineros no lo tienen tan complicado a la hora de gestionar sus carencias. En cuestión de técnicas, pueden usar las fermentaciones, maceraciones, triturado, licuado, o deshidrataciones.

La Guía Michelin afirma que garantizan la "máxi-

Estos alimentos se pueden cocinar siempre que la temperatura no supere los 45 °C. Según los defensores del crudoveganismo, es el único modo de preservar propiedades y nutrientes de todo lo que comemos



ma pureza de los alimentos" al utilizar ingredientes orgánicos libres de "fertilizantes, transgénicos o sustancias químicas que puedan haber sido incorporados al alimento para su producción masiva". Sin entrar en un juicio de valor, la publicación francesa advierte también que "todavía son muchos los que ponen en tela de juicio los beneficios que puede aportar". De hecho, debemos asegurarnos de que la dieta aporta las 2.500 calorías diarias que necesita cualquier persona.

El mayor de sus encantos es que defiende la "ecología, sostenibilidad y respeta a todos los seres y animales", insiste Eva Roca de la escuela Living Raw Food. De todos modos, no todas las vitaminas están a su disposición. Por ejemplo, la B12 solo está presente en animales (carnes o pescados) por lo que los crudiveganos deben sondear alternativas. Tampoco asegura un buen tipo ni siquiera delgado ya que los crudiveganos consumen gran cantidad de frutos secos y distintas salsas. Otro de los problemas añadidos, es que las legumbres y hortalizas -sin apenas cocinar- aportan una fibra que cuesta digerir. Dicho de otro modo, hay que lidiar con un aumento de la flatulencia.

Contribuyen a fortalecer el sistema inmunológico y digestivo al impedir la ingesta de alimentos o ingredientes nocivos (grasas trans y saturadas, azúcares, etc.)



En cuestión de técnicas, pueden usar las fermentaciones, maceraciones, triturado, licuado, o deshidrataciones



La Cocina de Antonio

Uno de los restaurantes con más tradición en Torre del Mar es La Cocina de Antonio. Con una amplia variedad en carta, La Cocina de Antonio te ofrece platos donde destaca la calidad de los productos. Prueba sus ensaladas con Guacamole con Salmón Ahumado o la de Queso de Cabra con cebolla caramelizada o sus espectaculares entrantes fríos como el Carpaccio de Ternera, las Anchoas del Cantábrico, el Surtido Ibérico, el Jamón Ibérico de Bellota o el Queso Manchego, y todo eso sin olvidar sus entrantes calientes, donde destacan principalmente los revueltos: de Ajetes y Espárgagos, de



Setas con Jamón de Bellota y Gambas. No dejes de disfrutar de sus croquetas caseras, sus platos de verduras, sus pescados y sus carnes, como el Flamenquín Casero, la Presa Ibérica de Bellota o las Chuletillas de Cordero Lechal. Y para terminar, un sabroso postre casero de la mano de Antonio y su equipo.

Pasillo batería, 9. - Torre del Mar
Tel. de reservas: 655 924 170



El Radar - Sabor a Torre del Mar

Desde 1981, en el corazón del paseo marítimo de Torre del Mar, Marisquería El Radar viene ofreciendo a sus clientes la mejor calidad en pescaño fresco y marisco. Este establecimiento, regentado por una familia torreña con pasado pesquero y marino, es uno de los grandes referentes en el litoral de la Costa del Sol - Axarquía. Disfruta de El Radar, platos con Sabor a Torre del Mar. Todos los jueves, fideuá de marisco.

Paseo Marítimo de Poniente, 13 - Torre del Mar (Málaga)
Tel. 952 54 10 82
www.marisqueriaelradar.com - info@marisqueriaelradar.com



Restaurante Patanegra 57

En el corazón de Nerja, uno de los pueblos más bellos de Andalucía, se encuentra este restaurante que, tras más de cuatro años desde su apertura, ofrece el mejor servicio y calidad a todos sus clientes. Patanegra 57 es un restaurante de cocina mediterránea dirigido por el reconocido chef nerjeño Sergio Paloma. ¡Prueba ya las delicias de sus propuestas gastronómicas para este invierno!

Almirante Ferrandiz (Calle Cristo) - Nerja (Málaga)
Tel. de reservas: 952 52 02 26
Facebook: Restaurante-Patanegra-57



El Almacén Cervecería-Vinoteca

El pasado septiembre nace en El Mercado de San Francisco un apasionante proyecto: un Mercado Gourmet en el corazón del casco histórico de Vélez-Málaga, con un total de 16 puestos, de los que 10 son de Hostelería y otros 6 de Artesanía. Entre ellos nos encontramos nosotros: El Almacén Cervecería - Vinoteca. Disponemos de una amplia variedad de referencias de Cervezas Artesanas internacionales, nacionales y locales, además de una Vinoteca con diferentes denominaciones de origen.

Nuestra joya de la Corona es la cerveza de Bodega, cerveza que, recién hecha y sin pasteurizar, llega directamente de las bodegas a nuestro local. La ausencia de pasteurización requiere que su trans-



porte se realice en frío mediante de una red de vehículos especializados y personal propio. Los tanques mantienen su refrigeración y los mismos niveles de carbónico. Estas particulares características le confieren unos atributos sensoriales propios que la convierten en una cerveza diferente. Os animamos a venir a conocernos y disfrutar de la gastronomía, conciertos y demás actividades que realizaremos junto con los demás locales en las instalaciones del Mercado de San Francisco.

Mercado de San Francisco - Vélez Málaga - Tel. 663 972 867 | elalmacencerveceria@gmail.com
facebook: el almacén cerveza | instagram: el almacén cerveza



Mosaico: unión de culturas

Ubicado en pleno centro de Málaga, en el único edificio con fachada estilo nazarí, que recuerda los salones de la Alhambra, Mosaico ha sabido conjugar una cocina basada en la unión de la tradicional gastronomía marroquí, impulsada por la procedencia de su propietaria, y otra vertiente auténticamente mediterránea. A lo largo de estos últimos años, el restaurante ha conseguido hacerse un hueco en la cultura culinaria de Málaga ofreciendo elaboraciones cuidadas y sabrosas como su ya famosa pastela con pollo Almendras y canela y su cuscús de cordero con especias que te transportan a las Medinas imperiales. Mosaico continúa con esta línea donde el cliente puede encontrar las dos vertientes de una gastronomía llena de matices, la marroquí y la mediterránea.

Calle Sánchez Pastor, 6 Málaga - Tel. de reserva: 951 54 66 04
www.mosaico.com - Facebook, Twitter, Instagram: @mosaicomalaga



Restaurante Cávea

Un espacio gastronómico donde la creatividad de la cocina se funde con la originalidad y la innovación aplicada a cada plato. Productos de la tierra combinados con bocados de otras regiones y países. Todo ello acompañado con una innovadora carta de vinos, pero también con el talento y la juventud de un equipo capitaneado por el chef Alberto Molina. Sensaciones únicas en un ambiente distendido pensado para que comer sea, además de un placer, un momento de diversión con familiares y amigos. Vive una experiencia Cávea en pleno corazón de Málaga.

Echegaray, 3 - Málaga - Tel. 952 004 698 - www.restaurantecavea.com
Facebook: Restaurante Cávea - Instagram: Restaurante Cávea

KASHA

Un plato saludable
(y sin gluten)
que vino del frío



Texto: Juan Alberto Gómez

La búsqueda incansable de nuevos productos, por lo general, más saludables y nutritivos, está facilitando el redescubrimiento de platos tradiciones y, un tanto, olvidados.

Recetas que, en tiempos pretéritos, contrarrestaban las épocas de carestía con dosis de ingenio. Dicho de otro modo, épocas donde se hacía más con menos. Un buen ejemplo lo tenemos en las sopas frías andaluzas como el gazpacho, la porra o el ajo blanco.

INGREDIENTES

300 gr	Harina de alforfón
100 gr	Champiñones
100 gr	Mantequilla
4 uds	Huevos duros
2 uds	Cebollas
1 l	Agua
1 cda	Sal



25 min



7€



45 min

PREPARACIÓN

1. Poner a cocinar la harina de alforfón en agua meramente salada.
2. Cocinar los champiñones hasta que estén listos.
3. Freír la cebolla picada en mantequilla.
4. Cortar los champiñones y huevos.
5. Echar todos los ingredientes dentro de la Kasha (sémola de cereales), añadir mantequilla.
6. Colocar la Kasha en el horno durante 20 minutos a fuego alto.

Fuera de nuestras fronteras, también son despiertos a la hora de plasmar esta filosofía en platos sencillos, económicos y nutritivos. Desde la lejana y fría Rusia, nos llega una sugerente novedad que está revolucionando nuestras despensas. Un alimento que nos ayudará a comer bien y a sentirnos mejor. Estamos hablando de la Kasha, una receta rusa que ha superado cualquier vicisitud en su historia gracias a su extraordinaria simplicidad y propiedades antioxidantes y que se ha convertido en una de las tendencias para 2019. De hecho, ha pasado de ser una don nadie a una pujante alternativa en la cocina saludable, de hoy día, ya que es apta para las personas que no pueden consumir gluten. En Rusia, existe desde hace mil años y, entre sus virtudes, figura su riqueza nutritiva y sencillez.

A simple vista, no deja de ser un plato de cereales. Sin embargo, encierra cualidades que valen su peso en oro. Se trata de cereales cocidos en leche con un plus versátil, ya que admite trigo sarraceno, mijo, cebada o copos de avena. Es rico en fibra, carece de gluten o grasas y, además, es nutritivo. ¿Qué más se le puede pedir? Bueno, cierta nobleza. Por este motivo, los fogones europeos están usando la Kasha como sustituto del trigo, dándole el relumbramiento que necesita. Bien acompañando verduras, bien para elaborar postres o simplemente sola.

El término kasha podría traducirse libremente como gachas. En realidad, su carácter calórico y su densa textura recuerdan bastante a la receta española. Hay un refrán popular que revela su auténtico valor en la dieta de los rusos: "Shchi (sopa de col) da Kasha, Pishcha Nasha". Lo que viene a decir que "Shchi y Kasha son nuestro alimento". Llegados a este punto, podemos afirmar, con rotundidad, que no estamos se trata de un cereal sino una forma innovadora de prepararlos.

La forma más sencilla de elaborar kasha es hervir los cereales (mijo, cebada, avena, trigo sarraceno) con leche y agregarles azúcar. Su ventaja es que la receta admite cualquier cosa: mantequilla, setas, cebolla, frutos rojos, etc. Entre las más conocidas, está la Kasha con Champiñones, la Kasha Dulce, la Kasha Simenukha (lleva setas y huevo duro), la Kasha Varnishkes (cebolla, pasta, ajo, huevo ligeramente batido). La que más gusta a los peques es la Kasha de Mijo con Calabaza. La Kasha de Cebada era la favorita del Zar Pedro el Grande.

Los más innovadores como la chef de pastelería de Café de la Paix de París, Sophie de Bernardi, se inclinan por los postres. En su caso, la cocinera elabora galletas de mantequilla a base de kasha que acompaña de chocolate. Suenan deliciosos, ¿verdad?

Según los dietistas, un bol de kasha cocida aporta casi 150 miligramos de potasio y una pequeña cantidad de sodio. Por este motivo, es perfecta para las personas que sufren hipertensión y previene las enfermedades cardiovasculares. Es rica en fibra por lo que ayuda a mitigar el estreñimiento. Por otro lado, no contiene ni gluten ni grasas saturadas. El trigo sarraceno presenta un índice glucémico realmente bajo y previene la diabetes. En este sentido, pueden consumirla personas con diabetes o niveles de azúcar elevados. Asimismo, ayuda a controlar el peso y se adapta muy bien a las dietas para adelgazar.



Catamarán Zostera & Chinchín Puerto

El Catamarán Zostera es una embarcación para disfrutar de un agradable paseo por el litoral malagueño o para celebrar tus eventos gastronómicos más importantes con amigos y familiares, de la mano de un conocedor del mar, el patrón y propietario de este catamarán: Sebastián Martín y su equipo de profesionales. Con el Zostera, que tiene su punto de salida en el propio puerto de Caleta de Vélez, puedes realizar snorkel en Maro, comidas a bordo, darte un chapuzón en alta mar y nadar con delfines... ¡Reserva ya! Y tras la maravillosa experiencia en el mar puedes terminar tu jornada con la mejor cocina en el Chinchín Puerto.

Este restaurante, en pleno Puerto Deportivo y Pesquero de Caleta de Vélez, en la Costa del Sol oriental, ofrece a sus clientes un pescado y marisco de primera calidad, un producto traído directamente

de la lonja del puerto. Entre los platos para almorzar o cenar frente al mar destacan el Rape Chinchín, las Gambas Cristal, el Pastel de Salmonetes, las Croquetas de Choco, así como una amplia variedad de pescado fresco como gambas de Málaga, quisquillas, boquerones fritos, calamares a la plancha, conchas finas...

Puerto de Caleta de Vélez (Málaga)
Tel. 629 25 30 43
Facebook: ChinchinPuerto
www.catamarantours.es



Le Grand Café Centro

Si quieres organizar tus eventos, conciertos, conferencias, presentaciones de productos u otras celebraciones, Le Grand Café Centro te ofrece uno de los espacios con mayor amplitud de Málaga capital. Este establecimiento, con muy buena localización en pleno centro malagueño, cuenta con un local con aforo para 700 personas, lo que permite acoger distintos eventos en un mismo día con total privacidad para los asistentes. Solicita tus presupuestos personalizados. Le Grand Café Centro te está esperando para que vivas tus mejores momentos. Consulta sus menús para la próxima Navidad.

Pasillo Guimbarda, s/n. - Málaga
Reservas: 689 300 034

Facebook: Le Grand Café Centro - Instagram: legrandcafecentro



La Sastrería Restaurante-Asador

En el corazón de Vélez-Málaga, en pleno casco histórico, este restaurante-asador ofrece a sus clientes platos diferentes, originales y elaborados con productos de primera calidad 100% naturales. Marcos Iglesias y Antonio Ruiz, propietarios de este asador, destacan por su buen trato al cliente, resultado de una amplia trayectoria en el sector de la hostelería. No dejes de probar nuestros platos de cuchara hechos con carbón de encina en nuestra "PUTXERA", como fabada, coles y berza, así como sus carnes a la parrilla. Productos de temporada y más de 100 referencias de vino nos esperan.

Plaza de la Constitución. (Vélez Málaga)
Reservas en el 952 54 91 64

www.lasastreriaasador.es - info@sastreriaasador.es

EL PIMPI

UNO DE LOS ATRACTIVOS DEL TURISMO GASTRONÓMICO



El turismo, principal motor de la economía de la provincia de Málaga, tiene en la gastronomía un aliado importante. En la Costa del Sol podemos hablar ya de Turismo Gastronómico como un sector en sí mismo. La gastronomía es el segundo punto más valorado por las personas que nos visitan una vez que ha finalizado su estancia en nuestro destino. Es un área de oportunidades económicas y laborales que debe ir acompañado, cada vez más, de un mayor valor de producto y de una mejor cualificación de sus profesionales.

En El Pimpi han sido conscientes de dicha alianza y por ello han hecho una clara apuesta por elevar el nivel gastronómico de su oferta culinaria: materias primas de kilómetro cero; productos de la huerta El Paraíso, en Coín, de la que se abastece El Pimpi; productos ibéricos procedentes de una finca de Faraján; pescados y mariscos frescos de la Bahía de Málaga. Para el turista es fundamental acercarse a la cultura típica del lugar que visita. Y la gastronomía de Málaga forma parte de nuestra cultura.

En El Pimpi se han esforzado por trabajar el producto de primera calidad aplicando avanzadas técnicas permitiendo la innovación en la cocina sin renunciar a los sabores tradicionales. El resultado es una gastronomía de elevado nivel de la que disfruta no sólo el turista, sino también el malagueño de a pie.

La preparación del personal de la hostelería juega un papel importante en la valoración que los turistas realizan. Algunos empresarios, años atrás, pensaban que para atender al público en sala no hacían falta estudios ni una preparación pero, ¿tiene el mismo éxito de inserción laboral una persona con formación que otra que carece de ella? La respuesta parece clara y el sector hostelero va transformándose con profesionales tanto en cocina como atendiendo en sala.

C/ Granada, 62 y C/ Alcazabilla - Málaga
Tel: 952 228 990 - 952 225 403

www.elpimpi.com - info@elpimpi.com - Facebook: El Pimpi Málaga
Twitter: @ElPimpiMalaga - Instagram: @bodegaelpimpi



Vinos Perea: todo un mundo de vinos

Somos una empresa dedicada a la importación y comercialización de vinos desde 2005. Nuestro catálogo es un referente por la calidad y amplia gama de sus vinos internacionales, destacando los vinos de hielo y, por supuesto, Champagne Gosset. La experiencia de más de una década en la búsqueda de vinos especiales por todo el mundo y su distribución a los mejores restaurantes y tiendas especializadas de España, nos avalan. Somos unos apasionados del vino que quieren compartir contigo los tesoros encontrados durante años de viaje. Nuestra satisfacción es que disfrutes de los mejores vinos, aquellos elaborados con uvas donde la naturaleza ha elegido su mejor tierra: riesling de Mosela, gewürztraminer de Alsacia, chardonnay de Borgoña, las emblemáticas cabernet sauvignon y merlot de Burdeos, las imperecederas sangiovese y nebbiolo de Italia, la carismática pinotage de

Sudáfrica o la malbec de Argentina, entre muchas más. Te llevamos directamente desde bodega una amplia selección de vinos al mejor precio: la magia de Champagne, el lujo congelado de la sidra de hielo de Canadá, la tipicidad del vino de los zares -Tokaj-, los míticos vinos naturalmente dulces de Sauternes, las joyas de Oporto, así como los destilados más prestigiosos y exclusivos: cognacs, whiskeys, calvados o ginebras. ¿Te vienes de viaje?

Tel. 670 999 464 – 951 440 766
 www.vinosperea.com – comercial@vinosperea.com
 Facebook: ComercialVinosPerea - Twitter: @vinosperea - Instagram: @vinosperea



Ucopaxa - Monte Facó

De nuestros mejores viñedos, plantados en pendientes con un desnivel del 15%, hemos seleccionado unas parcelas de cepas Moscatel de Alejandría, de más de 70 años, cultivadas sobre un suelo orgánicamente pobre, pero rico en láminas de pizarra, factor que junto con la climatología de la zona, hacen diferentes las características de estas uvas. De estas tierras nace Monte Facó, elaborado por la Cooperativa Ucopaxa, un moscatel seco DO Sierras de Málaga, un vino fresco, con notas de carácter mineral, equilibrado, sabroso y de gran intensidad en nariz.

Calle Juan de Juanes, 6 - Vélez-Málaga (Málaga)
 Tel. 952 50 34 00



Bodegas Dimobe

La base de la alta calidad de los vinos que elabora se debe a la situación de la viñas en terrenos escarpados de pizarra con pendientes muy pronunciadas. La bodega elabora toda la gama de vinos tranquilos, Lagar de Cabrera blanco, rosado, tinto joven y Crianza y Finca la Indiana Petit Verdor crianza, y toda la gama de vinos Málaga, Señorío de Broches, Maestro Viña Axarquía, Zumbra, Rujaq Andalusi, Piamater y Arcos de Moclínejo trasaño dulce y seco, además de vermut de gran calidad, Dimobe y Ventura 27. Dimobe acaba de sacar al mercado embotellados los vinos más tradicionales de Málaga con crianza en madera, Málaga dulce, Pedro Ximénez, Seco Trasaño PX y Pajarete.

Bodega: San Bartolomé, 5 - Moclínejo (Málaga)
 Tel. 952 400 594 - www.dimobe.es

DISTRIBUCIONES
NARBONA SOLIS

La Ventana Gourmet
de Andalucía

VINOS • DESTILADOS PREMIUM • ALIMENTACIÓN • DELICATESSEN

OFICINAS CENTRALES
 Calle Canarias, 151
 Antequera - Málaga
 952 746 474

DESPACHO MÁLAGA
 Calle Córdoba, 6
 Málaga
 673 541 617

DESPACHO CÓRDOBA
 Av/. Cruz de Juárez, 18
 Córdoba
 670 375 089

www.narbonasolis.es

info@narbonasolis.com



Exotic Wine MÁLAGA

UN CÓCTEL INSPIRADO EN LOS AROMAS DEL MEMBRILLO, COMBINADO CON LOS DEL VINO TINTO QUE SE ELABORA EN MÁLAGA. LA PROPUESTA DE NUESTRO BARTENDER, VÍCTOR VARELA, FUSIONA LA COCTELERÍA CON EL SABOR GASTRONÓMICO DEL VINO Y EL TOQUE EXÓTICO DE LA LIMA Y LA FRUTA DE LA PASIÓN. EL EXOTIC WINE MÁLAGA ES UN CÓCTEL DE TRAGO CORTO QUE BIEN PUEDE TOMARSE COMO APERITIVO O COMO MARIDAJE DE UNA BUENA CARNE. COLOR Y SABOR PARA UNA COMBINACIÓN DE AROMAS ALEGRES.



Ingredientes para el cóctel

- 4 cl. vino tinto Lagar de Cabrera crianza (DO Sierras de Málaga)
- 2 cl. de licor de membrillo de Licores de la Abuela
- 2 cl. de licor de frambuesa de Licores de la Abuela
- 1 cl. de sirope fruta de la pasión de 1883
- 0,5 cl. de zumo de lima
- 1 clara de huevo
- Productos disponibles en Grupo López Pardo (Loypar)

Ingredientes para el garnich

- Vino tinto
- Sal Maldom
- Cilantro
- Flores comestibles mixtas

Preparación del garnich

Echar en un recipiente la sal y el vino. Deshidratar en el microondas. Reservar hasta el momento del montaje del cóctel.

Preparación del cóctel

Echar todos los ingredientes en la coctelera y agitar sin hielo, de esta forma se consigue mezclar bien la clara de huevo con los licores y el sirope. Una vez agitado, abrir la coctelera y añadir el hielo para enfriar el cóctel, volviendo a agitar el recipiente. Antes de servir, hacer doble colado para evitar en el vaso los trozos de hielo. Para decorar, usar la sal de vino tinto, el cilantro y las flores comestibles mixtas.

DESDE 1904
Cruzcampo

CON ESE NO SÉ QUÉ
QUE QUÉ SÉ YO.

NUEVA CRUZCAMPO ESPECIAL

LIBERA LO QUE SIENTES

CRUZCAMPO RECOMIENDA EL CONSUMO RESPONSABLE.





Mariscos y pescados del día de El Chambel con caña Cruzcampo

En la Avenida de Plutarco, en la barriada de Teatinos, se encuentra Marisquería El Chambel, un establecimiento de reciente apertura donde ofrecen en carta pescados y mariscos del día como producto estrella. En su carta se pueden elegir distintas especialidades del mar, entre ellas una gran selección de mariscos, traídos directamente desde las principales lonjas andaluzas. Cigalas, carabineiros, gambas, conchas finas, mejillones, bolos, vieiras, ostras y otras especialidades para maridar con una caña Cruzcampo recién servida. Marisquería El Chambel invita a este maridaje clásico de cerveza y marisco fresco, siempre acertado, ya que la suavidad de la caña Cruzcampo respeta los sabores intensos de los crustáceos. El marisco deja en boca un gusto persistente que casa muy bien con

la cerveza. Lo mismo pasa con el pescado frito, con el que la cerveza marida con éxito gracias a su aroma y amargor. En Marisquería El Chambel también se pueden degustar otras especialidades como la brocheta de rosada o rape, los filetes de atún o un buen pincho de langostinos. Abre de martes a domingo en horario de almuerzos y cena.

Avda. Plutarco 24, local 4. Teatinos. Málaga.
Tlf. 951 007 801 www.chambelmarisqueria.es info@chambelmarisqueria.es
Facebook: [Chambel Marisquería](https://www.facebook.com/ChambelMarisqueria)
Instagram: [@chambelmarisqueria](https://www.instagram.com/chambelmarisqueria)



Cocina andaluza y caña Cruzcampo en La Gloria

Cocina típica andaluza y el sabor de los bares de antaño, ese es el reclamo gastronómico de La Gloria, un establecimiento que abrió hace tan sólo unos meses en el Centro Histórico de Málaga. Con un ambiente acogedor, donde destacan los detalles de las barras tradicionales y los muros con historia, La Gloria ofrece a sus clientes una carta muy variada en la que destacan las chacinas, los quesos, los encurtidos, el pescaíto frito, el marisco y las buenas carnes. La propuesta de La Gloria se completa con otros platos tradicionales como las berenjenas fritas con miel de caña, el flamenquín ibérico y el albondigón en salsa de almendras, los chicharrones de Cádiz y las croquetas de gambas, todos ellos elaborados a base de productos de primera calidad que maridan a la perfección con una caña

Cruzcampo, ya sea en barra o en mesa. La Cruzcampo de barril es, además, la combinación perfecta para este tipo de cocina, ya que su receta centenaria, elaborada a base de lúpulo, extracto de lúpulo Perle, una variedad única para poder disfrutar la cerveza con su máximo sabor a temperatura muy fría, reflejo de los más de cien años de experiencia de sus maestros cerveceros puestos al servicio de la hostelería.

Calle Beatas núm 51 con Plazuela Jesús. Málaga
lagloriadebeatas@gmail.com



Los Patios de Beatas, vinoteca, restaurante y eventos

En pleno corazón del centro histórico de Málaga, en el interior de dos casas rehabilitadas de los siglos XVIII y XIX, se encuentran Los Patios de Beatas, un lugar de gran belleza arquitectónica único en la ciudad que aún una gastronomía excelente con una carta de vinos de más de 600 referencias nacionales e internacionales. Los Patios de Beatas es un importante centro cultural en torno al vino liderado por el sumiller Julián San Juan que cuenta con un importante espacio e infraestructura para celebrar cualquier tipo de evento. También tienen una zona de restaurante con una cocina de mercado y productos frescos y otra de degustación para tomar tapas tematizadas y pinchos, además de vinos por copa de los más diversos puntos de España y el resto del mundo. Disponen de un Club de Vinos para que

los amantes de la enología profundicen y disfruten del vino como nunca. Mucha historia por conocer, mucha cultura del vino por compartir y una gastronomía de máxima calidad para degustar. Todo eso y más te espera en Los Patios de Beatas.

C/ Beatas 43. Málaga.
Tlf. 952 210 350
www.lospatiosdebeatas.com
info@lospatiosdebeatas.com
Facebook: [Vinoteca Los Patios de Beatas](https://www.facebook.com/VinotecaLosPatiosdeBeatas)



Escuela de cocina La Mesa Málaga

Esta escuela es un referente en la ciudad como espacio gastronómico destinado, principalmente, al público aficionado. Llevamos más de 6 años de trayectoria, un tiempo en el que hemos volcado todos nuestros esfuerzos en hacer vivir una completa experiencia culinaria para el disfrute de los asistentes. Ofertamos más de 30 tipos de talleres de cocina, pastelería y repostería, catas, campamentos y cumpleaños infantiles, entre otras actividades. Nuestras temáticas son variadas: cocina internacional, tradicional, fusión, vinos y cervezas artesanas, repostería, pastelería. Realizamos experiencias para grupos cerrados como la "competición Master Chef por equipos", la "Cooking Party" o el de

"Cocina Colaborativa". Con ello, posibilitamos una experiencia original y única para cualquier tipo de público y edad. Incluso sin conocimiento previo de cocina, puedes pasarlo como nunca. Especialmente recomendado para empresas o celebraciones de cualquier tipo. Estas dinámicas tienen incluido un menú que serviremos tras "el juego culinario". En todas nuestras actividades se incluye: barra libre de bebidas durante toda la actividad, el delantal de regalo y la comida de todo lo elaborado.

www.lamesamálaga.com - info@lamesamálaga.com
691387067 o 610447787

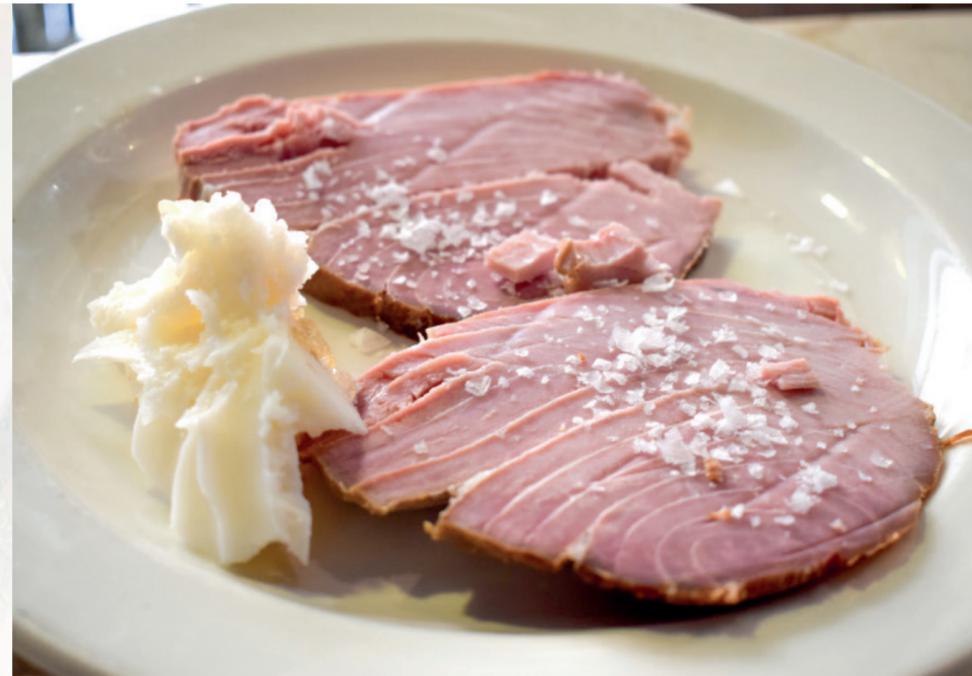


Cantarrana, El Mentidero y La Abacería

Gastronomía andaluza en el corazón de Málaga

Decía Virginia Wolf que “uno no puede pensar bien, amar bien y dormir bien si no ha comido bien”. Toda una declaración de intenciones y toda una filosofía que Grupo Cantarrana ha hecho suya con las propuestas gastronómicas de sus tres establecimientos, Mesón Cantarrana, Taberna El Mentidero y La Abacería del Cantarrana, todos ellos en calle Sánchez Pastor, en pleno corazón del Centro Histórico de Málaga.

Texto: Arantxa López



» » » Lo que en un principio fue una aventura empresarial se ha convertido a día de hoy en toda una institución gastronómica en la capital, donde los productos y los platos andaluces son filosofía y marca de la casa y donde trabajan una cocina tradicional con productos de calidad y precios que los hacen ser muy competitivos.

A

frente de la gestión de estos establecimientos se encuentra la familia Frutos, con Javier Frutos como cabeza visible del negocio. Poco podía imaginar él que un día dejaría la abogacía para dedicarse de lleno al mundo de la hostelería. Y así fue, ya que en 2010 su familia decidió invertir en el sector abriendo las puertas de Cantarrana y en 2013 él dejó la toga para tomar las riendas del negocio, en el que también participan sus hermanos y su padre.

Lo que en un principio fue una aventura empresarial se ha convertido a día de hoy en toda una institución gastronómica en la capital, donde los productos y los platos andaluces son filosofía y marca de la casa y donde trabajan una cocina tradicional con productos de calidad y precios que los hacen ser muy competitivos.

La propuesta es variada, y el estilo también. Taberna Cantarrana está especialmente recomendado para quienes gustan de buenas carnes. Aquí las tienen con distintas denominaciones de origen y disponen de parrilla al carbón. A esta selección se suman otros platos más elaborados con cocina de temporada y cuchareo: desde su ibérico de bellota con dos huevos y patatas paja, hasta el albondigón en salsa de almendras o sus filetitos de solomillo al vino dulce de Málaga. Todo ello en un ambiente con servicio de restaurante y una buena carta de vinos en la que tienen algunas referencias malagueñas.

La Taberna el Mentidero fue el segundo espacio que abrió el grupo. Un lugar con auténtico sabor a costa andaluza, donde los espetos son los reyes de la mesa. Los preparan de forma tradicio-



nal, en una barca, y no sólo los sirven de sardinas, sino que también los hay de gambones, de lubina, de dorada y de calamar. A esta propuesta la acompañan otras tantas del mar: tortillitas de camarones, pulpo a la gallega, atún del chef y boquerones en vinagre, entre otras tantas.

La Abacería del Cantarrana

El último restaurante en llegar a la familia ha sido La Abacería del Cantarrana, y lo ha hecho hace menos de un año para completar la oferta con un concepto de tapeo elaborado, platos selectos y raciones para compartir. Además, tiene una parte de ultramarinos, de modo que hay productos que se pueden llevar para degustar en casa, como ocurre con los embutidos, conservas, salazones y ahumados.

En su carta encontramos, además, platos como su delicia de pastrami en pan de centeno, su tartar de salchichón malagueño o su millojas de tomate con mozzarella y pesto.

Una de las señas de identidad de la casa desde sus inicios es, sin duda, el atún en manteca, o como ellos dicen "una pizca de Cádiz en la mesa", listo para untar en unas tostas calientes y disfrutar del sabor del mar. Un plato que hay que probar y que se puede pedir en cualquiera de los tres establecimientos.

En breve, Grupo Cantarrana ampliará el servicio y la carta de sus restaurantes, y lo harán siguiendo su filosofía de ofrecer buen producto y calidad a buen precio, de hacer cocina tradicional y de ofrecer el sabor de Málaga y Andalucía en sus platos.



Alexso Cocinando Sensaciones

Disfruta de nuestra cocina basada en lo tradicional con toques de autor, donde la materia prima es tratada con respeto, mimada y muy acentuada en su puesta en escena. En pleno corazón de Málaga, en Alexso podrás probar nuestros menús degustaciones y rutas gastronómicas paseando por la carta con los platos de mayor aceptación y maridarlos con nuestra selección de vinos. Nuevas Sensaciones y todo el cariño de siempre entregado para vuestro bienestar. En Alexso Cocinamos Sensaciones

C/ Mariblanca 10 - Centro Histórico de Málaga
Tel. 952849558 - www.restaurantealexso.es
Facebook: Alexso Cocinando Sensaciones



Experiencias EBOKA Málaga

Lugar de referencia y de encuentro en el centro de la ciudad con apuesta firme en cocina de base tradicional mediterránea, con carácter atrevidamente actual. Una propuesta llena de emociones para provocar experiencias nuevas a través de recetas tradicionales con su Cocina de Herencia: cada plato, una historia. También podrá disfrutar meriendas y postres artesanos de la mano de Candy's Repostería Artesanal. Todo para asegurar el éxito de su reunión o evento profesional o familiar. Además, Eboka ofrece una variada agenda mensual de actividades en torno a la gastronomía, los vinos y las cervezas artesanas. Diversidad de opciones para ebokar momentos felices.

C/ Pedro de Toledo, 4. - Málaga. - Tel. 952 124 671
ebokarestaurante.com / contacto@ebokarestaurante.com
Facebook: Eboka Casa de Vinos y Comidas - Twitter: @EBOKArestaurant



El Reservado Restaurante

El asador de la Axarquía especializado en chivo lechal malagueño. El Reservado es sinónimo de vocación por la gastronomía malagueña y el primer establecimiento hostelero de la Axarquía en ostentar el distintivo Sabor a Málaga por el apoyo a su cultura culinaria. Prueba las paletillas y piernas cocinadas a baja temperatura y terminadas en horno de convección, chuletitas a la brasa con patatas y pimientos del padrón, exquisito chivo al ajillo con tomillo fresco, huevos rotos ecológicos con jamón ibérico o gazpachuelo malagueño. Puedes organizar tu evento personalizado o temático: cerramos nuestro restaurante para éste sea lo más privado posible.

Autovía del Mediterráneo, salida 256. Rincón de la Victoria - Málaga
Tel. 952 401 051 / 667 77 09 61 - Facebook: El Reservado Restaurante
www.elreservadorestante.es - info@elreservadorestante.es



Restaurante Oliva

Toda la esencia de la cocina mediterránea en una palabra, así es el restaurante Oliva, regentado por Kim Ranzijn y Carlos Pardo. Situado en el interior de un típico patio andaluz, a escasos metros del famoso Balcón de Europa en Nerja, este restaurante apuesta por una cocina con una fuerte base mediterránea pero abierta a influencias de todas las cocinas del mundo. Una carta dinámica que se adapta a cada temporada, buscando siempre el equilibrio entre lo local y lo global, entre los sabores del recuerdo y la novedad de los sabores aún por descubrir.

Abierto todos los días de 13:00 a 16:00 y de 19:00 a 23:00
C/ Pintada 7 (Pasaje con Plaza de España) - Nerja
Tel. 952 522 988 - www.restauranteoliva.com
Facebook: Restaurante Oliva - Instagram: restaurante.oliva



Grupo Cantarrana, pura tradición

Desde Grupo Cantarrana se apuesta por la cocina tradicional, su objetivo es que no se pierda y que mantengamos nuestra seña de identidad. Por eso, en sus tres restaurantes, situados en pleno centro de Málaga (calle Sánchez Pastor) se pone en valor la gastronomía malagueña. La Taberna El Mentidero sigue fiel a sus espetos de sardina y a todos los productos que nos ofrece el mar Mediterráneo, con un ambiente típico andaluz. El Mesón Cantarrana es pura tradición en sus platos con especialidad en carnes de distintas denominaciones de origen a la brasa y La Abacería del Cantarrana nos acerca los mejores bocados de nuestra tierra en su selección de tapas. Todo ello ameni-

zado por actividades culturales, manteniendo vivas las costumbres como los verdiales, carnavales, la Feria o la Semana Santa.

Sánchez Pastor, 12 - Málaga
Tel. Mentidero 952002210



Perro Loco: llega la cocina canalla al centro de Málaga

A todos los gastrolovers nos encantan los restaurantes donde, además de comer de escándalo, vivamos una experiencia 360° desde que entramos por la puerta. En Perroloco nos retan a hacerlo, siempre que estemos dispuestos a contagiarnos de su locura, presente en cada milímetro del local y plasmado en todos los bocados de un menú compuesto por las fusiones más cañeras. Si algo rebosa este establecimiento de calle Madre de Dios es personalidad. Y como el amor nos vuelve a todos muy pero que muy locos, y se acerca el día de los no cuerdos por excelencia, el equipo de este manicomio gastronómico ha diseñado un menú de San Valentín que te volverás

majareta por probar. Todos rebotamos amor hasta que nos tocan lo que más nos importa...el postre. Por eso, para todos aquellos que alzan la voz en contra de que una cucharilla intrusa se cuele en su plato, en Perroloco ofrecen una experiencia en la que todos se comparte menos, por fin, el dulce. ¡En www.perroloco.es puedes ver desde ya el menú y reservar volando!

C/ Madre de Dios, 43.
Tif. 951 59 23 05 www.perroloco.es info@perroloco.es
Facebook: Perro Loco FoodBar - Instagram: @perrolocofood





estamos cocinando *a fuego lento*

· 2019 ·



Solo la dedicación
podía convertir algo
complementario en el
protagonista
de cada bocado.



panaderiaobando.com



RG

Reyes Gutiérrez

frutas tropicales

HALL 23
STAND E-01

365 días

SANOS X NATURALEZA



FRUIT
LOGÍSTICA

6|7|8 FEBRUARY 2019, BERLIN