

a.

agro magazine

Agroindustria · Turismo · Gastro

NÚMERO 56 - FEBRERO 2021





EN MEMORIAS DE ADRIANO, DE MARGUERITE YOURCENAR, HAY UN PASAJE PRECIOSO RELACIONADO CON LOS ATRIBUTOS DEL VINO. CUANDO EL EMPERADOR LLEGA A LA VEJEZ, TAN SOLO PUEDE SENTIR EL CALOR DE LA VIDA A TRAVÉS DEL VINO. BEBERLO ES LA MANERA DE VOLVER A SENTIR LOS RAYOS DEL SOL EN SU CUERPO, YA CANSADO Y AGOTADO, MÁS CERCA DE LA MUERTE QUE DE LA VIDA.

montosa

Somos
especialistas
en aguacate
y mango.

www.frutasmontosa.com

CAMPAÑA
ESPAÑOLA



STAFF #AGR056

Editor

Juan Luis Bueno

Directora

Arantxa López

Edición digital

Agromedia

Diseño

Pilar Orellana, Anita Vasco, Eva Mez, Antonio Libert,
Diana Jurado, Esther Sepúlveda, Ángela Cassini

Redacción

Juanjo Zayas, Arantxa López y Carmen Bandera

Fotografía

Carlos Castro, Lorenzo Carnero y Málaga se come

Asesor de bodega

Jesús María Claros

Escapadas del Sur y Turismo

Ricardo Pastor

Colaboraciones

Víctor Varela, Reme Reina

Publicidad Agro Málaga

655 527 948 - 665 030 998

hola@agromagazine.es

agromagazine.com

Agro es media parter oficial de Mahos
y Embajador de Sabor a Málaga



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 Clem Snide, cuenta con una tirada mensual de 3.000 ejemplares.

Imprime: Corporación de Medios de Andalucía, S.A. Depósito legal: MA 1642-2015.

yummy delicious!
BIORIGEN
ecofriendly

En tu casa para ti
y tu familia...

...en tu restaurante
para tus clientes...

...tendrás tus aguacates
y mangos ecológicos
en 24/48 h. con un solo click

Ahora más fácil que nunca, utiliza el cupón **BIORIGEN10**
y obtendrás un 10% de descuento en tu pedido.
Entra en www.biorigen.es y consigue esta promoción
válida hasta el 31 de marzo de 2021.

¡Un saludable y sabroso saludo! !

Cruzcampo

CON MUCHO ACENTO

Nacimos con acento en una tierra de acentos.

Por eso, sabemos mejor que nadie o -mejor dicho- igual que muchos, que el acento no sólo es una forma de hablar.

Puede que en los diccionarios nunca lo veamos escrito, pero el acento también es una forma de ser y de sentir, de relacionarse con el mundo.

El acento nos marca, nos influye y nos inspira.

Es la herramienta más poderosa para ser uno mismo, para enfrentarse al futuro con valentía.

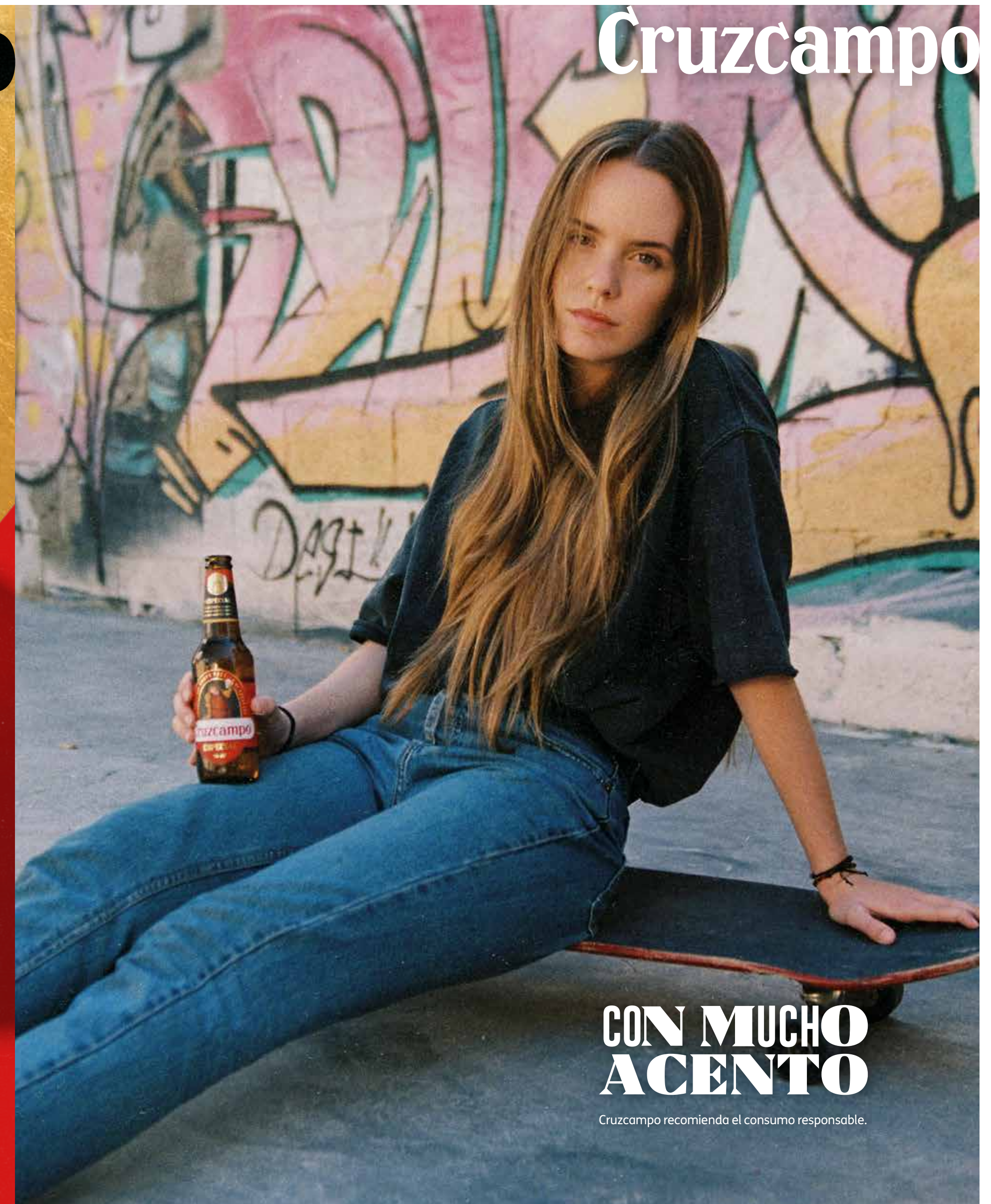
El acento está en las raíces, en lo diverso, en lo singular. Y como le pasa a la buena energía -esa que tanta falta hace- se renueva una y otra vez.

El acento no entiende de razas, ni de fronteras, ni de estatus social. Ni falta que le hace.

El acento es nuestro tesoro. Y en lugar de esconderlo, lo vamos a celebrar.



Cruzcampo



CON MUCHO ACENTO

Cruzcampo recomienda el consumo responsable.



Cruzcampo recomienda el consumo responsable.

EDITOR'S LETTER

Somos la luz de Málaga que nos inspira, esa música, esa sinfonía brillando por todas partes. Somos el mar que nos protege y nos escucha, que está ahí siempre, como un confesor de agua y sal. Somos los pueblos blancos malagueños, con su encanto y su idioma propio, su tradición y su idiosincrasia, y somos las ciudades, con su actividad, su bullicio, su manera sureña de estar en el mundo.

Somos el vino, el queso, el pescaíto frito, la cerveza fría al mediodía. El espeto de sardina humeante en barcas de arena y madera con arañazos de salitre. Los platos de cuchara con sabor malagueño. Un aguacate maduro.

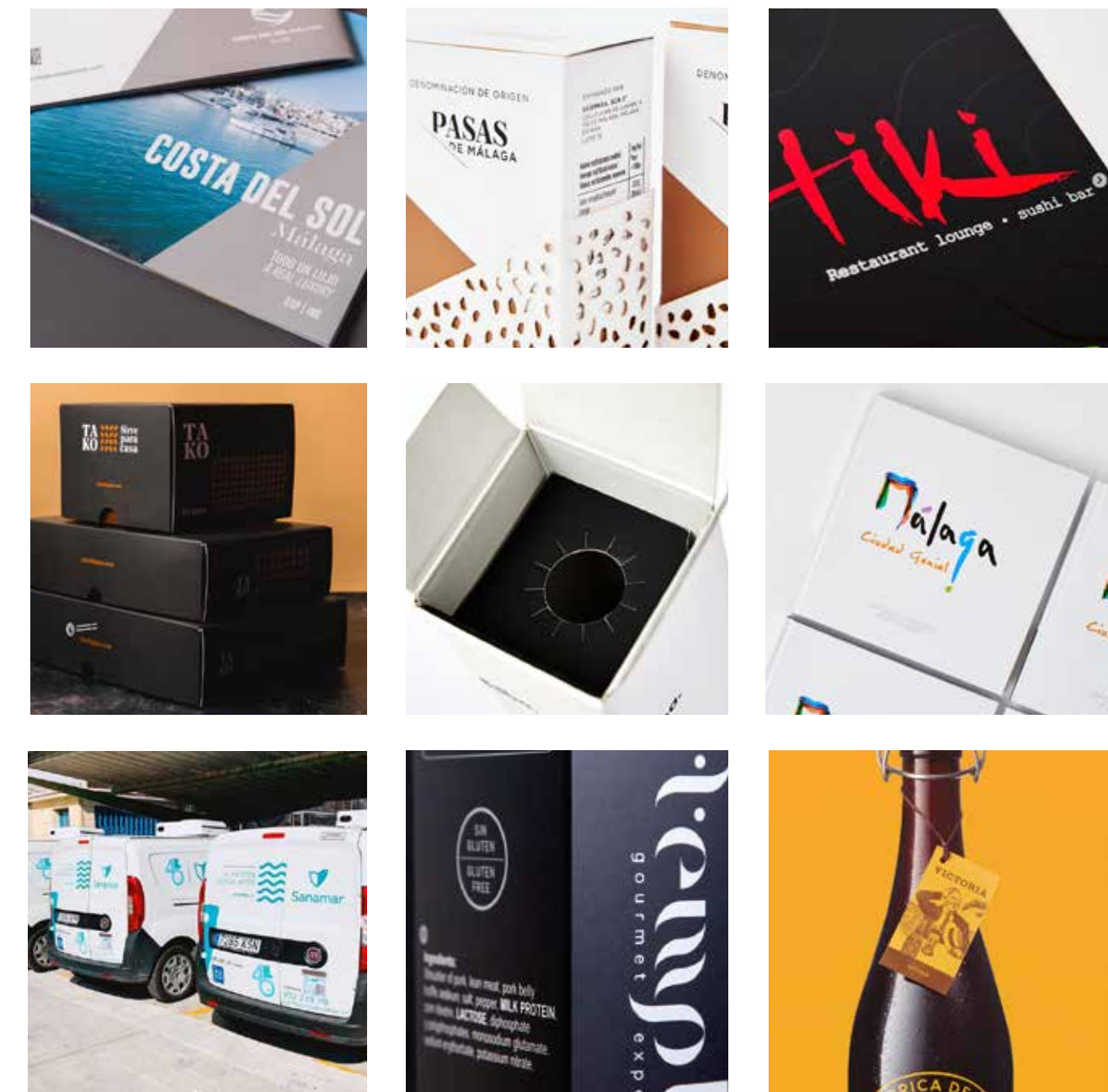
Somos el olor a jazmín. Los atardeceres en el puerto. La próxima primavera, que ya va dejando sus primeros rastros en el aire. Somos Picasso. María Zambrano. Fernando Hierro. Pepa Flores. Somos un dolmen. La Alcazaba. El Tajo de Ronda. El Balcón de Europa. La Peña de los Enamorados. La calle Larios.

Somos hospitalidad. Brazos abiertos. Sendero transitable. Somos esto y tantas cosas más, y tantas personas más. ¡Somos tanto para salir adelante! Para renacer. Para empezar de nuevo. Con ilusión, con ánimo. Con toda esa fuerza que todavía tenemos dentro.



impresión
digital
packaging
gran formato

Nuestra **especialidad**, la hostelería.



+34 637 35 10 35
presupuestos@arsimpresores.es
Av. Villa Rosa, 15
29004 Málaga (Spain)

[arsimpresores.es](https://www.arsimpresores.es)







FRESAS | LA REINA DE LAS FRUTAS



LAS FRESAS SON CONSIDERADAS COMO UN VERDADERO PRODUCTO MEDICINAL, Y ES QUE SUS BENEFICIOS PARA CON NUESTRA SALUD SON INFINITOS. GRACIAS A SUS PROPIEDADES ALCALINIZANTES Y A SU RIQUEZA EN CALCIO Y POTASIO, LA FRESA FACILITA LA ELIMINACIÓN DE ÁCIDO ÚRICO Y ACTÚA COMO ANTIINFLAMATORIO, SIENDO RECOMENDABLE PARA AQUELLAS PERSONAS QUE SUFREN DE GOTA O ARTRITIS

La fresa puede considerarse como una de las frutas más llamativas, sino la que más, gracias a su intenso color rojo, su pequeño tamaño y, sobre todo, por su intenso sabor. Dulce, jugosa, y ligeramente ácida a veces, esta fruta pertenece a la familia de las rosáceas. Aunque, si hay una característica que realmente represente a este fruto, esa es su fragancia, la cual la hace reconocible incluso a larga distancia. Por ella, además de su color, las fresas son relacionadas como fruto del amor y la pasión.

Los árboles que producen estos frutos se denominan fresales, floreciendo desde finales del invierno hasta principios del verano, por lo que los frutos maduran durante toda la primavera y bien entrado el verano; desde el mes de marzo hasta julio, para su posterior recolección y consumo.

Propiedades de la fresa

Este fruto posee unas propiedades nutricionales muy específicas y potentes. Por 100 gramos de fresa encontramos 40 kilocalorías; 0,7 gramos de proteínas; 7 gramos de hidratos de carbono y 2,2 gramos de fibra. Además, el aporte energético de la fresa es mínimo y su contenido en fibra crea una sensación de saciedad que puede ser beneficioso para llevar una dieta equilibrada.

Por otro lado, las fresas son una fuente rica en fibra, vitaminas C, B2 y B3; antioxidantes, minerales, entre los que destacan el magnesio, el manganeso y el potasio; y en ácido fólico y flavonoides.

Beneficios de la fresa

Las fresas son consideradas como un verdadero producto medicinal, y es que sus beneficios para con nuestra salud son infinitos. Gracias a sus propiedades alcalinizantes y a su riqueza en calcio y potasio, la fresa facilita la eliminación de ácido úrico y actúa como antiinflamatorio, siendo recomendable para aquellas personas que sufren de gota o artritis. Además, este alto contenido en potasio también contribuye a reducir la tensión arterial, siendo aconsejables para personas con hipertensión o problemas cardiovasculares.

Por otro lado, la fresa no posee casi azúcares y al ser considerada como una fuente con alta dosis de ácido fólico, hierro y fibra, como hemos mencionado anteriormente, la hace especialmente saludable para niños, mujeres embarazadas y personas con diabetes. Por último, gracias a la presencia de silicio y de diferentes antioxidantes, las fresas son un gran alimento en favor de la prevención del cáncer.

La fresa en la cocina

La fresa en cocina es realmente polivalente, y la forma más natural para consumirla es a modo de postre o en ensaladas frescas. Esta fruta no se pela, por lo que conviene lavarla muy bien antes de introducirla en cualquier receta.

Cierto es que, al ser una fruta de temporada y muy perecedera, también es muy usual verla elaborada en forma de conservas, como las confituras o mermeladas. Para conservarlas bien se deben guardar en el frigorífico y, a ser posible, en un recipiente cerrado. Las fresas, por lo general, no admiten bien la congelación, ya que estas se deterioran con una mayor rapidez y pierden propiedades y fragancia.



ENTREVISTA CON VANESA MORENO | Responsable de marketing de Tropical Millenium y quien lidera el proyecto |

"The Avocado Show apuesta por la calidad y la frescura de los aguacates de Tropical Millenium para los platos de sus nuevos restaurantes en España"

¿Qué es Avocado Show?

Avocado Show es una franquicia que tiene experiencia en Países Bajos y Bélgica, y se lanzan a España abriendo en Madrid, hace unas semanas. Es un show que gira en torno al aguacate, se abre el telón y desde el minuto uno gira en torno a esta fruta tan atractiva y tropical. Tiene como diferente que cuentan con experiencia previa y un bagaje, pero además es un concepto muy chulo pretty healthy food: recetas muy saludables y visuales, ya que ellos cuidan mucha la presentación. Y teniendo en cuenta que el protagonista es el aguacate, el show está asegurado. Y todos su platos giran en torno a él. Hacen mucho énfasis en cuidar la experiencia, y es algo que percibes y sientes, y no solamente con el paladar, sino también en la vista y en los olores. Es un proyecto muy ambicioso y exigente, ellos buscan calidad y nosotros se la brindamos. Tenemos retos comunes y parecidos, el aguacate como premisa y mejorando cada proceso para tener el resultado que queremos, que es sabor y bienestar.

Además, se tiene en cuenta el aguacate de la comarca de la Axarquía. Nos refleja el valor de esta fruta en nuestra gastronomía, que es saludable y la estrella de las frutas...

Me encanta mi profesión y mi sector. Estoy muy alineada con los valores de la salud y no solamente está de moda por estar presentes en todas las cocinas, a nivel culinario es un gran comodín, todos los nutricionistas y profesionales de la nutrición lo ponen en valor. Todos queremos cuidarnos y en ese sentido estamos contentos e ilusionados porque Málaga y Madrid se unen mas que nunca, si ya teníamos esa comunicación con el AVE. El ser proveedores de ellos es una oportunidad bonita. Y este proyecto ya viene respaldado por aperturas previas en otros sitios y tienen una ruta de viaje ilusionante para todos ya que quieren abrir locales nuevos en España y algunas plazas están en Málaga. Primero fue en Ámsterdam y

después en Bruselas, ciudades en las que su concepto gastronómico ha tenido un gran éxito. Han anunciado la firma de 19 franquicias como parte de su expansión en Europa, en las que se encuentran ciudades como París y Londres. Como malagueña estoy muy orgullosa de ello.

El hecho de que elijan productos de aquí es señal de que tenemos frutos magníficos. El mercado en Europa lo demanda...

La realidad es que tenemos una zona productora magnífica y desde el primer momento quisieron apostar por un producto local. El aguacate español sigue estando en valor por la frescura y cercanía al mercado europeo. Ellos lo tuvieron claro y es nuestra prioridad máxima y en ese sentido como malagueños productores y comercializadores, queremos que el cultivo se ponga en valor.

¿Cómo va la campaña en estos tiempos de pandemia, con Filomena, conflictos de fronteras en el Reino Unido? No está siendo fácil.

Estamos en un momento revuelto a nivel de humanidad, creo que ninguno tenemos una bola de cristal. Aunque estamos en plena pandemia, Filomena y el Brexit han sido también condicionantes. Nosotros, en general el sector del agro y la alimentación, tenemos que verlo como una buena situación en que somos palanca y prioritarios y no tenemos que verlo como negativo, sino como positivo; porque hemos sabido adaptarnos muy bien y encontrar soluciones, ya que afortunadamente nos ayuda que somos motores. En cualquier caso lo veo como agradecimiento porque no hemos parado de trabajar, y encontramos soluciones a nivel logístico y aduanas. El sector no puede parar cuando tenemos que alimentar a nuestra población. No podemos más que agradecer y seguir trabajando, y todos nos debemos a todos. Y esa es la vía, el trabajo constante y la cooperación.



Bodegas Excelencia

Bodegas Excelencia se crea en 2006, un proyecto que nace del amor a la naturaleza y a la cultura del vino, con una zona vitícola de ocho hectáreas en Ronda. El esfuerzo, tesón e ilusión por alcanzar y mantener la excelencia en todos los ámbitos es su secreto. Su bodega está construida en armonía con el terreno, donde consiguen unas condiciones ambientales idóneas para la crianza de los vinos. La sala de barricas se encuentra a 7 metros bajo tierra, con una superficie de 600 metros cuadrados y alberga actualmente 150 barricas de roble francés de diferentes granos y tostados con sistemas de durmientes. Visita nuestra bodega.

Cordel del Puerto a El Quejigal, s/n - C.P. 29400 - Ronda
T. 666 47 97 11 - F. 951 77 60 30 - www.bodegasexcelencia.com



Neumáticos Mayma

NEUMÁTICOS 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. Consúltenos.

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



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

Arranca el año y ya tenemos nuestra selección de campeones de invierno. Vinos que destacan por su carácter, vinos con personalidad, vinos que no te dejarán indiferente y que llevan impreso el sello de campeón. Una terna formada por El Lagar de Cabrera, tinto crianza elaborado con Syrah y Petit Verdot; El Lagar del Zar, tinto naturalmente dulce que aúna lo mejor de tres variedades tintas como la Tempranillo, la Syrah y la Romé, más el dulzor que aporta el asoleo; y Zumbreal, un clásico que año tras año da lo mejor de la moscatel de Alejandría asoleada en paseros. Jugar con este equipo es jugar a ganar.

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



Viveros Canarias

Ubicado en plena comarca de la Axarquía malagueña, concretamente en el municipio de Vélez- Málaga, Viveros Canarias fue el segundo de estos enclaves en ser levantado en Andalucía, lo que le ha convertido en un verdadero referente dentro de este sector. José Antonio Viña, fundador de este vivero, ha mantenido el buen nombre y la fama de esta empresa durante más de 35 años, todo ello junto a su esposa y gerente del vivero, Daysmilin Estévez. En Viveros Canarias se dedican a la producción y cuidado de todo tipo de plantas, como por ejemplo frutales, tropicales, subtropicales, ornamentales, palmeras, además de todo tipo de decoración para jardín y flores de interior y exterior. Con un total de 6.000 m² de superficie, algunos de los subtropicales más atractivos que se pueden encontrar en este vivero son los aguacates, los mangos, a quien Monserrat Sánchez da la vida; la pitaya, los olivos, las palmeras cubanas etc. Antes de dedi-

carse al mundo agrícola, Daysmilin era cantante solista, y es de ahí de donde nace una expresión llevada a la práctica que se ha convertido en todo un eslogan para la empresa: "con música y cultura habrá siempre agricultura".

Los productos de Viveros Canarias siempre lucen fuertes, verdes y relucientes, donde son cuidados con la calidad y el detalle que se merecen por otros miembros del equipo como José Antonio González Díaz y David Chica Giles.

Km. 46,5, A-356, 29700 - Vélez-Málaga, Málaga
Facebook: Viveros Canarias - Instagram: Viveros Canarias - Tel. 952 55 83 70



Licores de la Abuela

Un grupo de jóvenes emprendedores de Alfarnate quisieron dar a conocer y comercializar el Resolí o licor de café macerado a base de anís, una bebida típica de la localidad. Así es como nace Licores de la Abuela. Tras un proceso de innovación total, estos han conseguido crear nuevos alcoholes cien por cien artesanos a base de anís y una posterior maceración en frío. Así fue cómo a raíz de Licores de la abuela han nacido alcoholes tan demandados como el licor 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



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 Benajárfate y que se distribuyen a través de nuestros puntos de venta en todo el litoral malagueño.

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

DESAYUNOS MEDITERRÁNEOS

UNA FILOSOFÍA DE VIDA

JUANJO ZAYAS - FOTOS: AGRO



UN BUEN DESAYUNO MEJORA EL ESTADO NUTRICIONAL,
E INCREMENTA LA CALIDAD DE LA ALIMENTACIÓN, MEJORA
EL RENDIMIENTO FÍSICO E INTELECTUAL, ASÍ COMO LA
CAPACIDAD DE CONCENTRACIÓN, ESPECIALMENTE
EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

La dieta mediterránea es mucho más que una dieta, es toda una filosofía de vida basada en una forma distinta de alimentarnos, cocinar los alimentos, compartirlos y disfrutar de nuestro entorno. Una dieta en la que tan importante es lo que comemos como la forma en que lo hacemos. Declarada por la UNESCO Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.

Para seguirla es tan fácil como comprar productos frescos y de temporada y elaborarlos de forma sencilla. El desayuno sigue siendo la comida más importante del día. Lo dice el refrán y los expertos en nutrición lo confirman: “Desayuna como un rey, come como un príncipe y cena como un mendigo”

De acuerdo con los datos que aportan los expertos, debe suponer el 25 por ciento de la energía necesaria durante todo el día. Un buen desayuno mejora el estado nutricional, e incrementa la calidad de la alimentación, mejora el rendimiento físico e intelectual, así como la capacidad de concentración, especialmente en niños y adolescentes. Suministra al cerebro y al organismo los nutrientes necesarios para comenzar el día con vitalidad. Además, ayuda al mantenimiento de un peso adecuado, el control del apetito y previene la

ansiedad que puede llevar a comer en exceso a la hora de la comida.

Desayuno sano

Por eso es muy importante que un desayuno sano incluya todos los nutrientes necesarios para el organismo. Un desayuno saludable debe estar compuesto por proteínas, fibra, grasa saludable y algún carbohidrato. Es recomendable alternar opciones como fruta (mejor una pieza que un zumo para conservar la fibra) y unas tostadas de entre una variedad ejemplar de pan a elegir (a poder ser integral ya que conserva todas sus vitaminas, fibras y sales minerales, multi-cereales aporta los beneficios de diferentes cereales, de arroz, fuente de fibra y por tanto mejora la digestión, de centeno, fibra que hace que te encuentres saciada casi al momento, buena aliada para una dieta, de espelta, en el cual encontramos lisina, la cual desarrolla el sistema inmunológico entre otras capacidades...) con jamón serrano (mejor que york o pavo) y aceite de oliva virgen extra o aguacate e incluso, apuesta por huevo a la plancha o poché. ¡Prueba, combina según tu gusto personal, arriésgate y sal de la mantequilla y mermelada! Tu cuerpo te lo agradecerá todos los días.

Descubre nuevos sabores que eviten que te aburras y crea desayunos ricos y equilibrados. Recuerda, desayuno salado, te saciará durante más tiempo. Otra forma para tomar frutas y verduras, nuestros mejores aliados en el desayuno, son los smoothies, que tan de moda están. Con mucha agua, vitaminas y propiedades, un smoothie puede ser un manjar delicioso, tanto en los meses cálidos como en los más fríos. Podemos utilizar zanahoria, espinacas, lechuga, pepino, col rizada, apio, remolacha y frutas como el kiwi, las fresas, arándanos, plátano, sandía o melón, entre otras. Su elaboración es muy sencilla, existiendo innumerables com-binaciones. Tú eliges.

Lo primero que debemos hacer es verter en un recipiente la base: de agua, leche, yogurt o, incluso té. Después agregar los vegetales que deseemos (cada uno tiene sus propiedades específicas). Para darle un toque muy personal con diversos y variados aromas y sabores utilizaremos canela, vainilla, hojas de menta, miel, etc.

Para terminar añadimos uno de los llamados y conocidos como super-alimentos (alimento rico en nutrientes): brotes de alfalfa, cúrcuma, nibs de cacao o en polvo, maca, jengibre, semillas de chía, bayas de goji.

• Fiesta del Boquerón Victoriano



• Ruta Cócteles por Málaga



• Fusionfresh



• Noches gastronómicas



• Gastro & Coctel



• Aniversario Narbona Solís para prensa



• Catas Gourmet on line



• Cata de Vinos Junto al Mar - Torrox

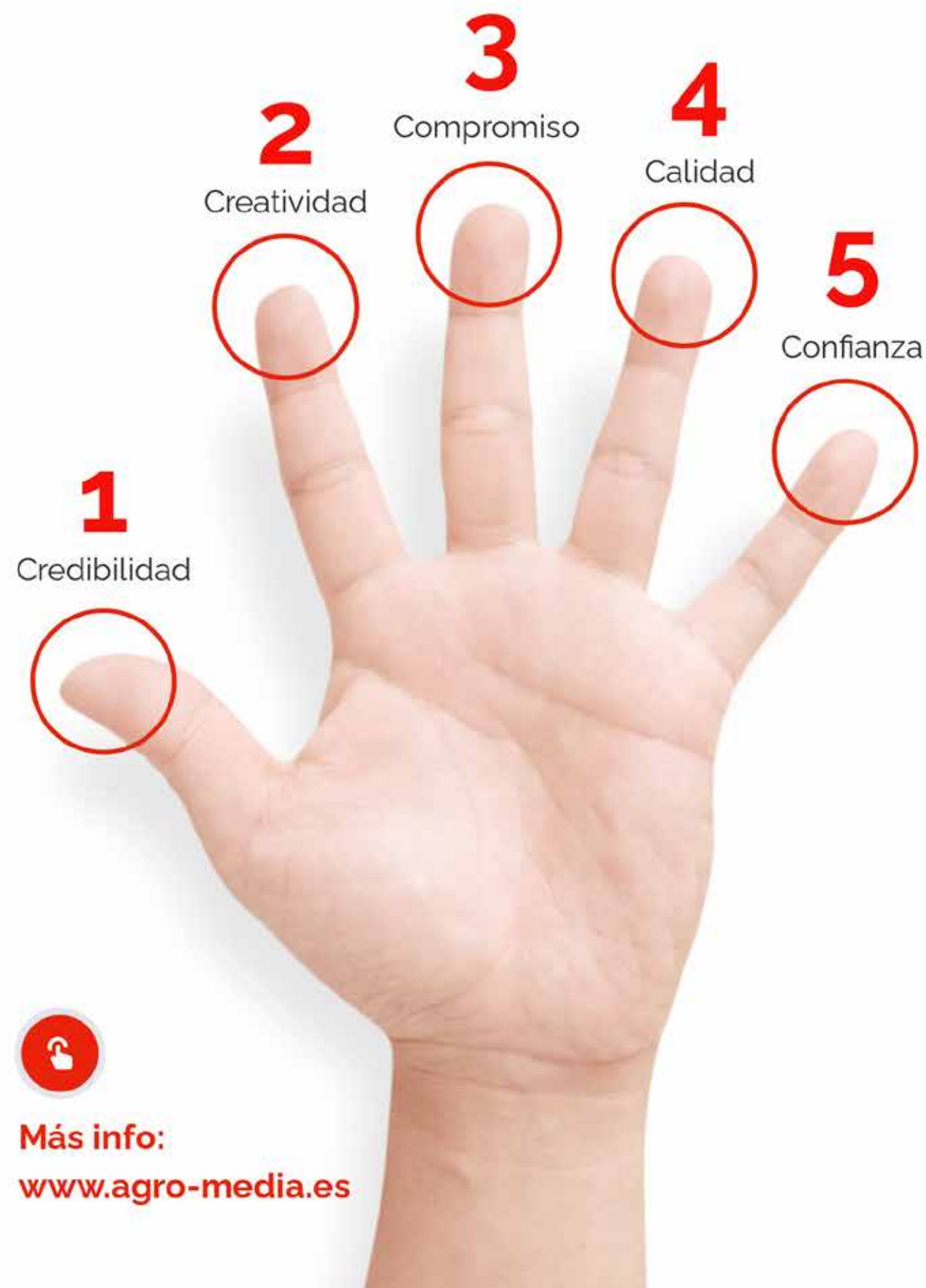


agro&media

Tal vez necesitas buscar nuevos proveedores para ahorrar costes en tu restaurante. Quizás renovar tu imagen, reestructurar tus costes o relanzar la marca de tu producto agroalimentario a través de un gran evento o con un plan de marketing digital. Sin duda no es un trabajo sencillo y en muchas ocasiones es necesario la visión estratégica de un profesional experto. Eso es lo que hacemos nosotros. Ser uno más de tu equipo y acompañarte para que consigas tus objetivos empresariales. Podemos hacer muchas cosas por ti y por tu negocio para hacerlo crecer, pero, sobre todo para ir de la mano en ese crecimiento, aplicando valores como la transparencia, la honestidad y el trabajo en equipo. Estas son algunas de los servicios que tenemos en nuestro porfolio.

Nuestras cinco 'C'

agro&media



Más info:
www.agro-media.es



Arcadia Heritage: La Reina del Mango

La palabra Arcadia hunde su raíz en Grecia, en sus campos.
Significa estar en armonía con la Naturaleza.
De ella nace esta ... Nana:

The word Arcadia sinks its root in Greece, in its fields.
It means being in harmony with Nature.
From her is born this ...Lullaby:

Cantados, mecidos, mimados, ... amados ...

Sung, rocked, pampered, ... loved ...

...para poder obtener...

... to be able to obtain ...

...Mangos con Arte...

...Mangoes with Art ...

Nacidos de esta Filosofía Vital .

Born of this Vital Philosophy.

¡Salud...y Vida!

Health...and Life !

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



La Alacena de Málaga


Embutidos ibéricos, quesos de cabra artesanos, vinos con denominación de origen o aceites de oliva virgen extra son algunos de los productos que ofrecemos desde nuestros inicios en La Alacena de Málaga, la primera tienda on line de la provincia que apuesta directamente por los productos de la tierra (la mayoría adheridos a la marca promocional Sabor a Málaga). Creemos en los pequeños y medianos empresarios que trabajan con tanto tesón para hacer productos de gran calidad en la provincia. Por eso, como en años anteriores, apostamos por ofrecer a nuestros clientes cestas de Navidad (para empresas o para particulares) muy personalizadas, donde se pueden elegir des-

de turrónes artesanos o mantecados caseros hasta vinos espumosos, tintos, dulces, blancos o rosados. Contamos con más de trescientas referencias, todas ellas elaboradas en la provincia de Málaga, con la que podrás configurar tu propia cesta, con los productos que más te gusten. Y si no está en nuestro catálogo o en nuestra tienda on line (laalacenademalaga.com), te lo buscamos.

Tel. 670336421 - 655116736
www.laalacenademalaga.com - Facebook: La Alacena de Málaga
Twitter: @alacenademalaga

RINCÓN de la  VICTORIA
Lleno de vida

COSTA DEL SOL • AXARQUÍA

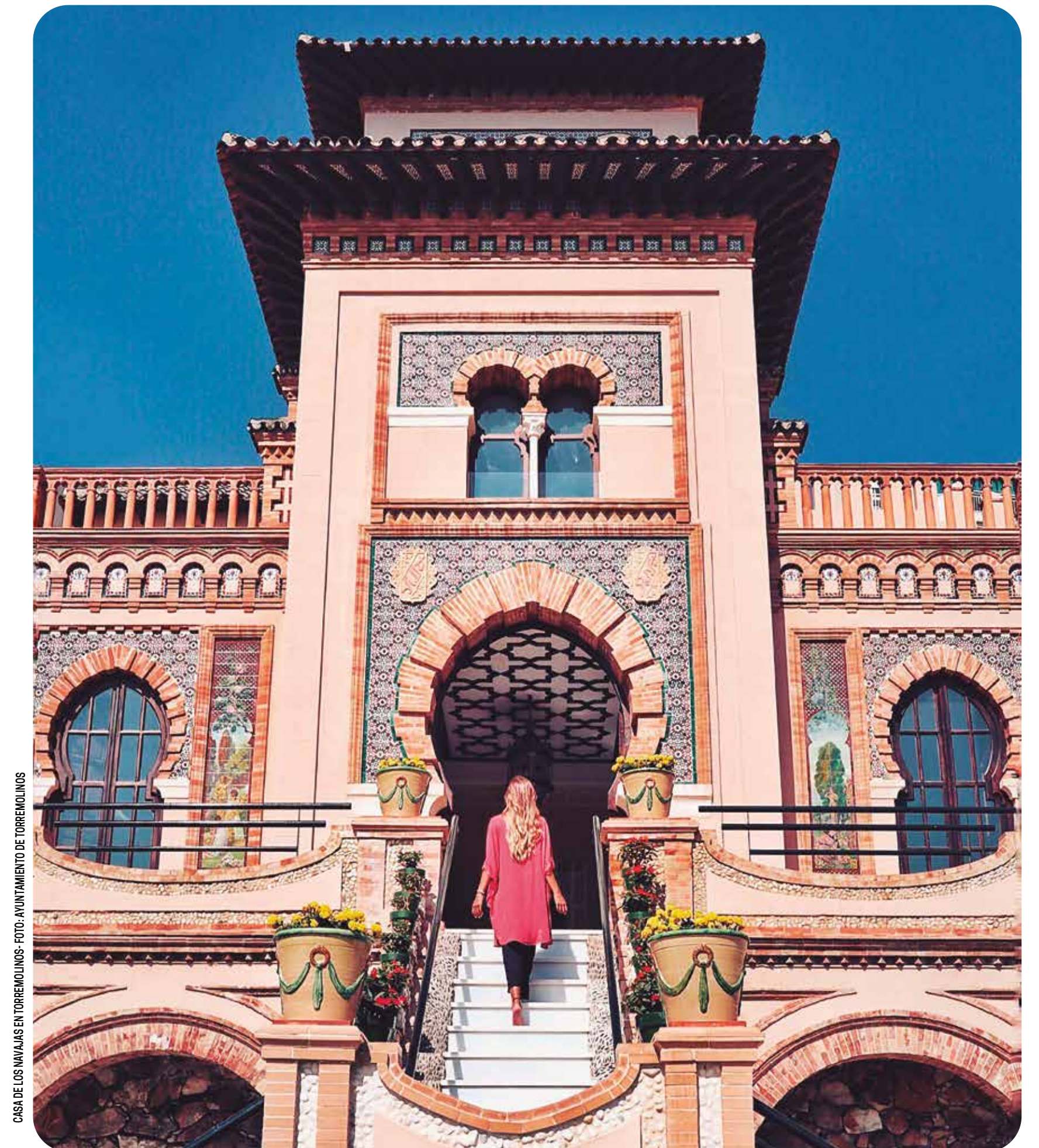

 CALIDAD TURÍSTICA


 AYUNTAMIENTO
 Rincón de la Victoria
 Concejalía de Turismo

www.turismoenrincon.es

fLan eur

FEBRERO 2021 - NÚMERO 22 ---
 GUÍA POR LOS PUEBLOS Y
 CIUDADES DE LA PROVINCIA DE MÁLAGA



CASA DE LOS NAVAJAS EN TORREMOLINOS. FOTO: AYUNTAMIENTO DE TORREMOLINOS



ALFARNATE

BELLEZA INTERIOR DE LA AXARQUÍA

JUANJO ZAYAS - FOTOS: AGRO

El valor natural de un entorno y de la tradición rural se respira, siente y palpa en un pequeño pueblo del interior de la Axarquía, un reducto que fascina al visitante al pasar por cada una de sus calles y dejarse atrapar por cada rincón de su callejero. Hablamos de Alfarnate, un bello municipio serrano en Málaga.

Fundado en la época de la dominación musulmana, se rodea de un paisaje montañoso y rocoso, donde abundan los olivos y cerezos repartidos por su valle, ofreciendo unos paisajes de singular belleza. Precisamente de esa herencia cultura, se recoge por su fiesta de moros y cristianos que se celebra cada septiembre

No podemos perdernos, en nuestro recorrido por su casco, la iglesia parroquial de Santa Ana, de tres naves divididas por pilares que sostienen unas arcadas de medio punto. Del exterior del templo destaca su torre mudéjar de tres cuerpos, erigida en el siglo XVI. Como dato curioso, una de las campanas que formaban los sonidos de la iglesia fue llevada a la ciudad de Sevilla donde está actualmente instalada en la Giralda.

Ermita

En la zona más alta del pueblo se encuentra la ermita de la Virgen de Monsalud, también del siglo XVI. El santuario posee unos soportales asentados sobre pilastras enlazadas por arcos de medio punto. Tampoco podemos dejar pasar su Casa Consistorial, una construcción de dos alturas con arcos de medio punto. El edificio está situado en una plaza en la que antaño se celebraban corridas de toros.

“La iglesia y el Consistorio son algunos de esos edificios que hay que ver en el pueblo, de hecho este último es uno de los más antiguos que se conoce en Málaga en acoger a un Ayuntamiento. Tampoco podemos marcharnos del pueblo sin ver el Museo del Juguete”, nos recomienda el concejal de Emprendimiento, José Manuel Arrebola. Precisamente en este último espacio que nos menciona podemos encontrar una fascinante colección de los entretenimientos de antaño, cuidados con sumo mimo.

Su núcleo urbano posee una cantidad importante de calles o callejuelas típicamente moriscas, muy estrechas y retorcidas. Este conglomerado hace que algunas zonas del municipio como la subida al mirador del Santo Cristo o la entrada a la Plaza de la Constitución desde calle Río, muestren la característica típica de la cons-

trucción morisca. Entre las calles que podemos visitar se encuentra Callejón Aljofar, Callejón Fortuna, Callejón Sol o el Barrio alto denominado "barriche".

Y por supuesto, su entorno natural rodeado por pinos y encinas lo hace también un punto perfecto para desconectar del bullicio de grandes urbes y aprovechar las opciones que nos brinda si nos aventuramos con el senderismo y las rutas que nos aguarda. “Lo que sorprende al visitante es la naturaleza y que siendo el municipio a mayor altura en la provincia, se sitúe en un terreno llano. Y sobre todo la temperatura que tenemos en verano”, comenta Arrebola.

Fiestas

En su calendario de festejos, su días señalados son la Fiesta de la Candelaria, el 2 de febrero, en la que se corren las aulagas, planta silvestre que una vez seca se queman en manojos por las calles del pueblo además de las tradicionales fogatas; la romería de San Marcos, el 25 de abril, en el que sus vecinos salen de campo a la zona de la Venta Seca para comer el hornazo con choto. O el día de San Isidro a mediados de mayo, en el que el pueblo vuelve a salir de romería.

Pero sin duda sus fiestas más representativas, son las que se hacen en honor de la Virgen de Monsalud, ya que en esas fechas, el 12 de septiembre, es cuando se celebran 'Las Embajadas', o fiestas de moros y cristianos, una representación del pueblo dividido en dos bandos que luchan para recuperar la imagen de la Virgen.

Y cuando nos asalta el hambre, ya sabemos que una de las paradas obligadas en su famosa Venta de Alfarnate, que cuenta con una antigua posada en funcionamiento del siglo XVII. Por ella pasaron desde importantes personajes de alcurnia, como el rey Alfonso XIII, hasta bandoleros como José María 'El Tempranillo' o Luis Candelas. Platos como sus migas, las gachas o la presa son algunas decisiones muy acertadas a la hora de saciar el apetito.

Su comida tradicional local es variada, típica de la montaña, contando con platos como las sopas cachorreñas, así como su gazpachuelo, sopa de tomate con almejas o la sopa de maimones; como opciones perfectas para el cuchareo. Otras alternativas gastronómicas muy interesantes y que nos sorprenden en ese recetario ancestral son su chivo frito, la cazuela de papaveotes o cazuela de habas verdes.

"LO QUE SORPRENDE AL VISITANTE ES LA NATURALEZA Y QUE SIENDO EL MUNICIPIO A MAYOR ALTURA EN LA PROVINCIA, SE SITÚE EN UN TERRENO LLANO", DICE EL CONCEJAL DE EMPRENDIMIENTO, JOSÉ MANUEL ARREBOLA





MACHARAVIAYA

LA VILLA MALAGUEÑA CONOCIDA
COMO EL 'PEQUEÑO MADRID'
DURANTE EL SIGLO XVIII

RICARDO PASTOR - FOTOS: AGRO

En uno de los rincones más apacibles de la Axarquía, se sitúa Macharaviaya, una localidad que apenas alcanza el medio millar de habitantes. A simple vista, pocos pueden adivinar que hace dos siglos llegó a gozar de un esplendor inusitado gracias al mecenazgo de los Gálvez, una familia que recibió favores reales e hizo fortuna en América. Por esa razón, merece la pena adentrarse en sus calles empedradas y conocer la singular historia de esta linaje y su legado. Tal fue la importancia del clan burgués, que a mediados del XVIII, se llegó a conocer al municipio como el 'pequeño Madrid'.

Los Gálvez realizaron en la localidad numerosas obras que no se pueden visitar en la actualidad. Ese es el caso de la actual iglesia de Jacinto, construida en 1505, pero restaurada durante el esplendor de esta acaudalada familia, que decidió convertir la zona baja del edificio en su propio panteón. Sus dimensiones sorprenden al visitante, sobre todo teniendo en cuenta el tamaño del municipio.

Los miembros de este linaje llegaron a financiar otras obras menos vistosas, pero de gran importancia para sus vecinos, como las de ingeniería hidráulica, uno de los problemas históricos de Macharaviaya. Este hecho se relata en uno de los azulejos que recuerdan el pasado histórico de la villa. También se puede comprobar en uno de los pilares que se encuentran en la calle Real de Málaga de la localidad, que fue en aquella época una de las más prósperas.

Los Gálvez también se hicieron con el monopolio de la venta de naipes en América, por lo que ubicaron en este municipio axárquico una fábrica para abastecer al otro continente. Aunque ya no se percibe la estructura del edificio, sí se puede visitar la calle que lleva su nombre. De todo este clan burgués, sobresale la figura de Bernardo de Gálvez, uno de los héroes de la Guerra de la Independencia Americana gracias a su épica actuación en la batalla de Pensacola. Participó en la Guerra de Portugal, estuvo destinado a la frontera mexicana y combatió a los apaches.

En 1777 fue designado gobernador de Luisiana por el rey Carlos III, quien había decidido reforzar nuestras posesiones en el área de la desembocadura del Misisipi, y una vez ratificada la alianza con sus primos los Borbones de Francia declarar la guerra a Inglaterra que en aquellos momentos trataba de evitar el levantamiento independentista de sus trece colonias en Norteamérica. Los ingleses por aquel entonces no solo habían arrebatado a España Menorca, Gibraltar y La Florida, sino que pretendían encontrar por el norte del Canadá un pasaje que les condujera al Pacífico noroeste para así posesionarse de la Alta California. Para conocer más sobre la historia de esta familia y su relación con Macharaviaya en la localidad se puede visitar actualmente la Casa Museo de los Gálvez o bien participar de las distintas actividades que están relacionadas con la Guerra de la Independencia Americana y las hazañas de su vecino más ilustres, el antes mencionado Bernardo de Gálvez.

Estas tierras axárquicas no sólo han sido cuna de esta próspera familia burguesa, sino también de otros personajes ilustres, como el escritor Salvador Rueda. Este literato malagueño nació en la cercana aldea de Benaque en una "casa pobre", como él mismo definió en una ocasión. La tranquilidad y los atractivos naturales e históricos de Macharaviaya la han convertido en una residencia habitual para artistas de todo tipo de disciplinas, como fue el desaparecido Robert Harvey. Sin duda alguna, creadores extranjeros y nacionales encuentran en esta pequeña población inspiración suficiente para desarrollar distintos trabajos.



Alfarnate, Pirineos de la Costa del Sol

Alfarnate, pueblo serrano enclavado en un paraje natural en el extremo noroccidental de la Axarquía, rodeado por las sierras de Enmedio, Palomera y Jobo. Estas montañas rocosas contrastan con los cultivos de olivos y cerezos del valle.

Su fundación se remonta al período de dominación musulmana, hecho que es recogido por la tradición durante la fiesta de moros y cristianos que se celebra cada septiembre. Podrá admirar sus monumentos, su arquitectura de origen árabe que conserva detalles pintorescos, que bien merecen una visita. Un ejemplo lo encontramos en la antigua Venta de Alfarnate (hoy convertida en restaurante-museo), que fue visitada por personajes como Alfonso XIII, José María el Tempranillo o Luis Candelas. La comida tradicional local es variada, típica de la montaña, contando con platos como las sopas cachorreñas, entre otros destacados. Se sigue conservando la tradición artesana de la forja y la fragua. Esperamos que la

visita multimedia de la localidad anime al internauta a visitar la localidad en cualquiera de las 4 ESTACIONES DEL AÑO, en las cuales podrá admirar algo característico de la localidad. Alfarnate 4 estaciones.

Plaza de la Constitución, 1, C.P.:29194 Alfarnate (Málaga)
Tel. +34 952 75 90 28
www.alfarnate.es - recepcion@alfarnate.es

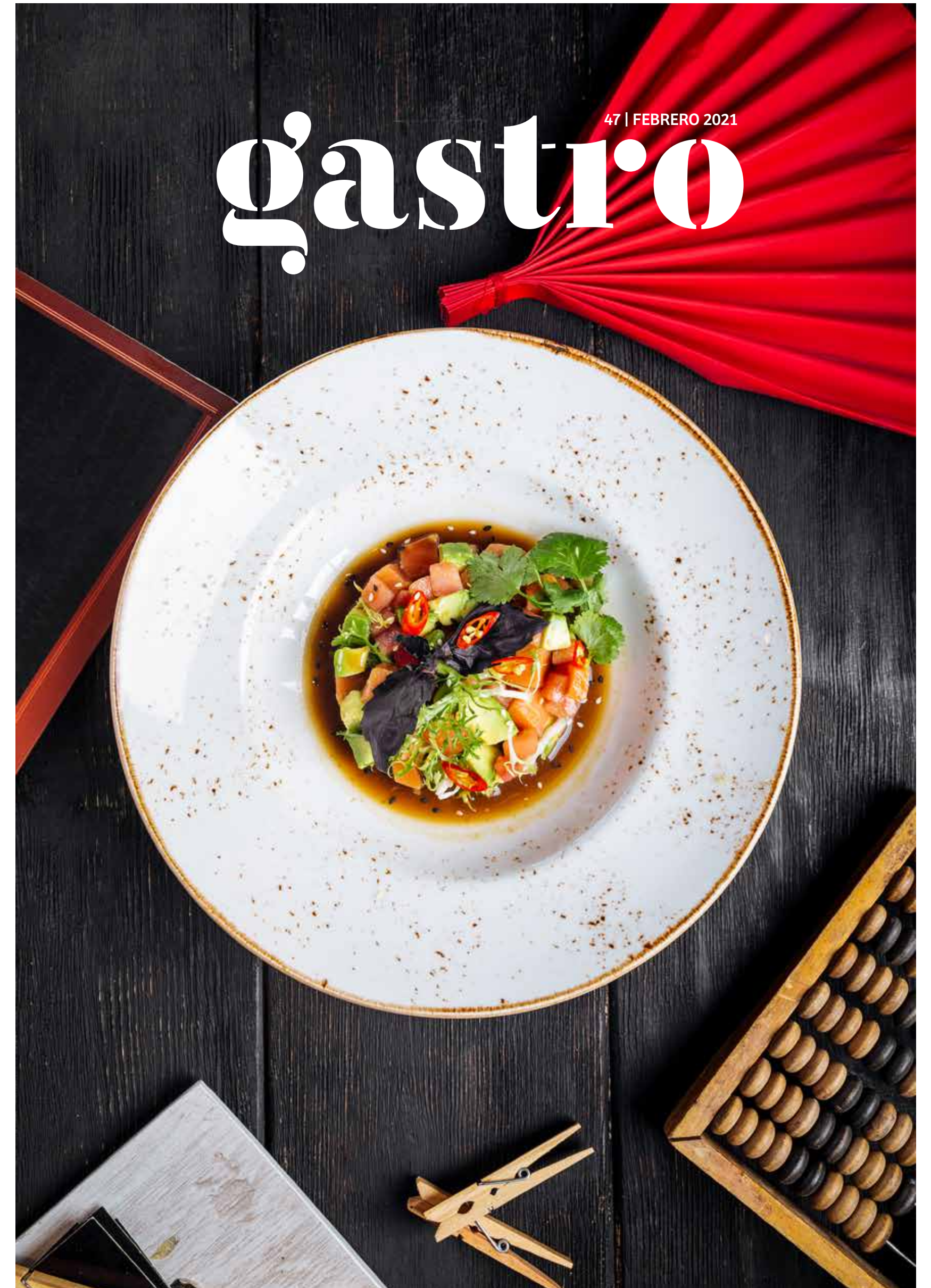


HIP2021: del 22 al 24 de marzo en IFEMA (Madrid)

Un año más, IFEMA (Madrid) reunirá del 22 al 24 de marzo a los líderes de toda la cadena de valor de la hostelería (fabricantes, distribuidores, operadores, patronales, asociaciones y las distintas administraciones públicas) para definir las estrategias, tendencias y modelos de negocio que ayudarán a la reactivación de hoteles, restaurantes, bares, cafeterías y todo tipo de negocio de restauración. Durante tres días, HIP - Horeca Professional Expo se convertirá en la cita clave para impulsar la recuperación de la hostelería española a través de las últimas innovaciones y soluciones que presentarán las más de 300 firmas expositoras de HIP2021 en relación a: alimentación y bebidas, maquinaria, equipamiento, interiorismo, mobiliario, menaje, tecnología, higiene, packaging y nuevos conceptos para cualquier negocio Horeca (hotelería, restauración, bar y cafetería, delivery, colectividades, catering, ocio y sociosanitario).

Además, el Hospitality 4.0 Congress, el mayor congreso mundial Horeca, enseñará como afrontar el año 2021 y descubrir las estrategias y casos de éxito de empresarios y restauradores que han conseguido reinventarse y sobrevivir a todas las dificultades de este último año tan atípico. Este año HIP ha preparado una acción sin precedentes para ayudar a remontar a los negocios hosteleros. En este sentido, cada visitante de HIP2021 recibirá un talonario valorado en más de 10.000 euros en ayudas, promociones y descuentos de los partners y expositores de este año. También se sortearán bonos de 300 euros entre los asistentes para adquirir alimentos, bebidas, maquinaria, equipamiento, mobiliario, menaje, tecnología y packaging, entre otros, de todas las empresas participantes en HIP2021.

Más info: www.expohip.com



47 | FEBRERO 2021
gastro



ALGAS

TIPOS, BENEFICIOS Y USOS EN COCINA

JUANJO ZAYAS - FOTOS: AGRO

Hasta hace relativamente poco tiempo, las algas en occidente no eran mucho más que una molesta maraña de vegetación marina que se nos pegaba a los pies en la orilla de la playa o que divisábamos en las profundidades marinas cuando navegábamos o hacíamos buceo. Sin embargo, la cocina evoluciona y es un como una gran esponja, que todo lo absorbe. En Oriente, véase Japón o Corea del Sur, este producto ha estado asentado en su cultura gastronómica de una manera casi ancestral. Sin embargo, en Europa, fueron los grandes chefs, innovadores y vanguardistas, quienes comenzaron a apostar por la introducción de estos organismos vivos en sus cocinas.



Las propiedades y beneficios que aportan las algas a nuestro organismo son dignas de mención. Como alimento de mar, nos aportan una gran cantidad de yodo. Este es un oligoelemento imprescindible para el metabolismo energético de las células. Además, éstas son una buena fuente de fósforo y calcio, lo que nos ayuda sobremedida a mantener dientes y huesos sanos. También nos aportan magnesio, necesario para una buena formación ósea. Las algas se pueden considerar especialmente ricas en hierro, siendo muy interesante su cantidad y presencia de vitamina C. Además, encontramos en ellas pequeñas dosis de selenio y zin.

En definitiva, las algas son un importante concentrado de minerales que ayudan a nuestro organismo de muchas y muy variadas formas, como por ejemplo, con su efecto depurativo, siendo interesantes para desintoxicarnos después de un exceso gastronómico.

Por otro lado, este producto ayuda a regular la función intestinal, el colesterol y el azúcar. Tienen un alto contenido en fibra, lo que refuerza las defensas y aumentan las bacterias buenas en el intestino, logrando frenar a otro tipo de bacterias más dañinas, como por ejemplo aquellas responsables de causar enfermedades como el cáncer de colon.

Algas en cocina

Hay dos estilos de cocinado para este producto que predominan sobre el resto:

Las algas frescas en sal únicamente se hierven. El paso a paso de la elaboración sería comenzar sumergiendo las algas en agua y removiéndolas, cambiando el agua tres veces para eliminar por completo la sal. Después, éstas se cuecen en agua hirviendo. Por último, se escurren y reservan para la receta en cuestión.

Por su parte, las algas deshidratadas, se pueden añadir directamente a guisos, sopas o cualquier receta cocinada con abundante agua.

Las algas pueden formar parte de todo tipo de recetas y elaboraciones. A pesar de tener un fuerte anclaje en el sushi, las algas puedes hacer un gran equipo en platos de ensalada, en guisos, en cremas, en elaboraciones más vanguardistas como decoración, o incluso en platos más tradicionales como ingrediente en una hamburguesa.

Cinco tipos de alga muy conocidas en cocina

Existen unas 25.000 especies de algas catalogadas, sin embargo, solo unas pocas se comercializan para uso alimentario. A continuación se podrán entonar cinco de las algas más famosas y comunes dentro del mundo gastronómico. Tómala nota y a disfrutad:

• Alga Nori

Esta es la más utilizada para los rollitos japoneses o 'makis', es decir, para elaborar sushi. Este tipo de alga también puede encontrarse en polvo. Sus notas marinas y salobres la hacen ideal para acompañar ensaladas o aves.

• Alga Wakame

De textura melosa, ligeramente crujiente y algo carnosa, es otra de las algas más famosas en Europa. Para ello este tipo de textura, hay que dejarla entre 10 y 20 minutos en remojo, a fin de que absorba el agua. Suele utilizarse para acompañar ricas ensaladas.

• Alga Agar-agar

Este tipo de alga no tiene color, sabor, ni olor, pero tiene un poder espesante y gelificante muy elevado, por lo que suelen usarse en elaboraciones como flanes, purés, etc. Este producto también podemos encontrarlo en forma de tira, cuya textura la hace muy popular entre los vegetarianos.

• Alga Kombu

Plana, de color pardo, de grandes dimensiones y muy apreciada por su consistencia carnosa y su intenso sabor umami. Muy utilizada en caldos, salsas y para reblandecer alimentos. Se puede tomar hervida, pero también tostada: se hornea, se tritura y se utiliza como condimento.

• Lechuga de mar

Muy parecida a la lechuga común, este alga cuenta con un intenso sabor a mar y una textura muy fina. Su forma de sábana la hace perfecta para envolver verduras y pescados para hornear.

Como se puede comprobar, todas las algas son tan diferentes y, a su vez, tan parecidas, que pueden considerarse como un mundo gastronómico enorme y aparte del resto para aquellos cocinillas que se decidan a investigarlas. Y tú, ¿las has probado todas? ¿Cuáles son tus favoritas?



CATAR EN CASA



Dicen que cuando seas padre, comerás huevos...
y si los acompañas de vino y productos gourmet, mucho mejor.

Para ti, para tu padre, para el padre de tu vecino... para todos.

Entra en nuestra tienda on line y encontrarás
experiencias gastronómicas para todos los gustos.

CATAR EN CASA ES DISFRUTAR, DEGUSTAR Y SENTIR.
www.catarencasa.es - hola@catarencasa.es



Indus Chef-Spice

La gastronomía de India es rica en colores, en sus sabores con especias y en su presentación. Un festival para el gusto en el que solamente unos pocos restaurantes saben dar con la clave y evocar así la esencia de la tierra del río Ganges y el Taj Mahal en nuestra mesa. Indus chef-spice (antiguo "chez-spice" la carpa) ofrece una exquisita y tradicional cocina hindú y mucho más en este restaurante ubicado en pleno paseo marítimo de Torre del Mar con vistas al mar. Uno de los platos más identificativos de este establecimiento son los que acompañan con su salsa Goa, dando nombre a esa región bañada por el mar Árabe y que nos trae un sabor exótico en sus platos de pollo, cordero, langostinos o verdura. Otras preparaciones clásicas de la cocina de Indus son el Korma, con

esa salsa cremosa con coco y anacardo, el Tika Masala elaborada con almendra y tomate, Yalfrezi con su salsa al jengibre, especias, tomate, pimiento y cebolla o el Sagwala con espinacas y un toque de nata. Prueba Indus, prueba el sabor de la gastronomía india. Abrimos todos los días de 13,00 a 16,00 horas. Reservas o consultas en nuestro teléfono de contacto o por tripadvisor.

Paseo Marítimo de Levante (enfrente del Club Náutico) - Torre del Mar.
Tel. 631080785 - Facebook: indus torre - También en tripadvisor



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, como sus chuletones de pasto, buey, vaca rubia gallega..., y también sus fabulosos postres caseros como el Loli Pop de helado rebozado, sin duda alguna, una delicia para el paladar. ¿A qué estás esperando? Somos Sabor a Málaga...

Playa de Burriana- Nerja
Tel. 652 733 066
restaurante@pacoelchurretero.es



Los Patios de Beatas

La provincia de Málaga combina buena gastronomía y buenos vinos de una forma casi infinita gracias a su restauración. Pero si lo que te gusta es comer bien, indagando aromas y matices en un universo enológico, entonces tienes que hacer una visita a Vinoteca Los Patios de Beatas. Ubicada en el espacio de dos casas de los siglos XVIII y XIX que fueron rehabilitadas conservando la belleza y el valor histórico de los edificios, Los Patios de Beatas te hará disfrutar de una gastronomía de elaboración propia, con Julián Sanjuán a la cabeza, y con 600 referencias de vino de las principales denominaciones de origen de España (90 son de Málaga) y de otras partes del mundo. Además, el comensal podrá disfrutar de dos ambientes. Nuevo horario: de martes a domingo, de 13,30 a 18,00 horas.

C/ Beatas 43. Málaga. - Tel. 952 210 350
www.lospatiosdebeatas.com - Facebook: Vinoteca Los Patios de Beatas



www.agromagazine.com



Jamonería Rincón Ibérico

Si hay algún establecimiento donde podemos encontrar embutidos, jamones, quesos y otros productos característicos de nuestra tierra con un toque de excelencia y exclusividad, ese lugar es Rincón Ibérico, en Torre del Mar. Más de quince años apostando por la exquisitez, con una buena muestra de la gastronomía que ofrece la comarca de la Axarquía. Disfruta de su selección de productos derivados del cerdo ibérico y gran variedad de vinos, patés, quesos, anchoas... Especialistas en delicatessen y maestros cortadores de jamón. Consulta para eventos. Los derivados del cerdo ibérico y gran variedad de vinos, patés, quesos, anchoas...

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



Mura Mura Osteria

La comida italiana se ha hecho un hueco en el corazón de todos los malagueños, y es que no podía ser de otra manera si mirando alrededor encontramos una Osteria como Mura Mura, donde la pasión se mezcla con la historia de la verdadera cucina italiana. Con productos cien por cien artesanos, Mura Mura, de la mano del chef ejecutivo y propietario Carmine Guarino, basa su filosofía en la fusión del amor y el trabajo. Este cocinero crecido en el sur de Italia funde los sabores de su origen con la tierra que lo adopta, "dalla campania alla andalusia passando per la sicilia". Mura Mura ofrece dos menús degustación, uno de ellos consistente en dos aperitivos, cuatro platos y un postre por 30 euros; mientras que el segundo consta de dos aperitivos, cinco platos y dos postres por 35 euros, con elaboraciones muy técnicas.

Calle Duque de la Victoria, 5, 29015 Málaga
Tel. 602 52 41 03 - FB. Mura Mura Osteria Cafe - www.elmuramura.com

• LA RECETA DE MURA MURA OSTERIA •

PRESA DE BUEY MARINADA CON REDUCCIÓN DE VINO TINTO Y PARMESANO CRUJIENTE



Desde Mura Mura Osteria nos presentan este plato que podemos encontrar en su carta, con toda la esencia de la cocina italiana. Uno de los secretos para que esta receta nos salga de diez es el marinado de la carne y sobre todo cumplir con los plazos en el proceso. Y como todo entre fogones, el tiempo es uno de los factores claves y más si se hace con un estilo slow food, para experimentar lo que es una cocina moderna que se siente en cada bocado y en sus olores, una experiencia diferente y única en nuestro paladar. Además, apostando por lo ecológico, que es una garantía segura de éxito en nuestra mesa. Carmine Guarino, desde el sur de Italia, nos brinda esta preparación culinaria, que acompañado con la salsa tonnata (mayonesa y atún), y decorándolo en el plato con reducción de vino tinto, con polvo de alcaparras y crujiente de parmesano; es para comérselo con los ojos.

| INGREDIENTES |

- 1 kilo de presa de buey
- Azúcar
- Sal
- Pimienta
- Tomillo
- Vino blanco
- Miel
- Atún
- Vino tinto
- Alcaparras
- Huevo
- Aceite de oliva

| PREPARACIÓN |

Lo más importante es marinar bien la carne, y para ello tenemos que

ponerla en remojo con una mezcla que esté bien proporcionada, y para ello se hace recomendable hacerlo con dos tercios de azúcar y un tercio de sal. Para que vaya además cogiendo sabor se le añaden diversas especias a la presa como es el tomillo, el romero y la pimienta. Debemos mantenerlo en ese estado durante una semana.

Posteriormente, limpiamos la carne con vino blanco y lo recubrimos con miel, nuevamente acompañándolo de especias para que vaya impregnándolo. Tendremos que dejar pasar un período aproximado de otra semana, de nuevo.

Para servirlo en la mesa, lo disponemos con la denominada salsa tonnata, muy conocida en Italia, que se elabora a base de mayonesa mezclada con atún y que es perfecta para acompañar a todo tipo de carnes como la ternera.

| TOQUE FINAL |

Y para que dé mucha más vistosidad y atractivo al plato le colocamos un poco de reducción de vino tinto así como polvo de alcaparras, que podemos tener triturada previamente. Para culminar la preparación de esta receta, se le añade un crujiente queso parmesano.

NUESTRO PRESIDENTE JAVIER FRUTOS, NOMBRADO NUEVO PRESIDENTE DE LA FEDERACIÓN ANDALUZA DE HOSTELERÍA

Javier Frutos Pérez (Málaga, 1980), empresario hostelero y presidente en ejercicio de la Asociación de Hosteleros de Málaga (Mahos), ha sido nombrado nuevo presidente de la Federación Andaluza de Hostelería.



Asume así la labor de dirigir la **patronal andaluza del sector** en una coyuntura de gran afectación económica y laboral.

Licenciado en Derecho por la Universidad de Málaga y socio del despacho de abogados Almadía Grupo Asesor, **Javier Frutos es empresario hostelero desde 2009** y atesora una destacada trayectoria en el mundo de la hostelería en Málaga. Presidente de Mahos desde 2017, une ahora esta responsabilidad a la de representar a nivel andaluz a un sector económico que aporta alrededor del 7% del PIB regional, con 55.000 empresas y casi 300.000 trabajadores en el momento inmediatamente anterior a la pandemia.

La superación de la situación actual, en la que las restricciones de aforo, horario y movilidad tienen a la hostelería andaluza en el momento más delicado de su historia, **es la máxima prioridad de nuestro presidente.**

Uno de los principales objetivos de la nueva presidencia de la Federación Andaluza de Hostelería (que renueva su marca y deja atrás la anterior Federación HORECA Andalucía) es tener un **mayor peso institucional tanto sectorial y empresarial como en los ámbitos de decisión política**, donde en estos momentos se gestiona por la vía de las ayudas y de las decisiones administrativas el imprescindible rescate a un sector que está en grave riesgo.



Nueva imagen de la Federación

En este sentido, afronta el inicio de su presidencia con una **situación crítica para la hostelería andaluza y un escenario de déficit general de ayudas** por parte de las administraciones absolutamente inaceptable por resultar insuficiente para garantizar la supervivencia de las empresas.

Además, nuestro presidente ha querido tener un recuerdo emocionado para **Diego García Molina**, quien fue presidente de la asociación provincial de Almería y miembro de la junta directiva de la patronal regional, que falleció de manera repentina el pasado día 11 de febrero.

mahOs
Asociación de Hosteleros de Málaga

Socio Protector:



Plaza de la Marina, 2 - 5ª dcha.
info@mahos.es • 952 228 202 • +34 687 931 202

www.mahos.es



Jordi Tapas Bar

La provincia de Málaga cuenta con una arraigada tradición en diferentes estilos culinarios: el pescado espetado, los platos de cuchara y, cómo no, las tapas, entre muchos otros. Uno de los restaurantes que llevan por bandera esta última tradición es Jordi Tapas Bar, ubicado en calle Azucarera, 10, y que cuenta con una variada carta de exquisitas tapas, además de platos elaborados y sugerencias. En cuanto a su bodega, esta está repleta por más de 70 referencias, donde diferentes denominaciones de origen, como Vinos de Málaga y Sierras de Málaga, harán las delicias en los paladares de sus comensales. Este establecimiento ha sido distinguido 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 sinónimo de calidad, excelencia y buen precio, donde no hay mejor manera de acabar la velada que degustando uno de sus postres artesanos. Jordi Tapas Bar abre todos los días a partir de las 12,00 horas. Los domingos, cerrado por descanso del personal.

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



El Radar - Sabor a Torre del Mar

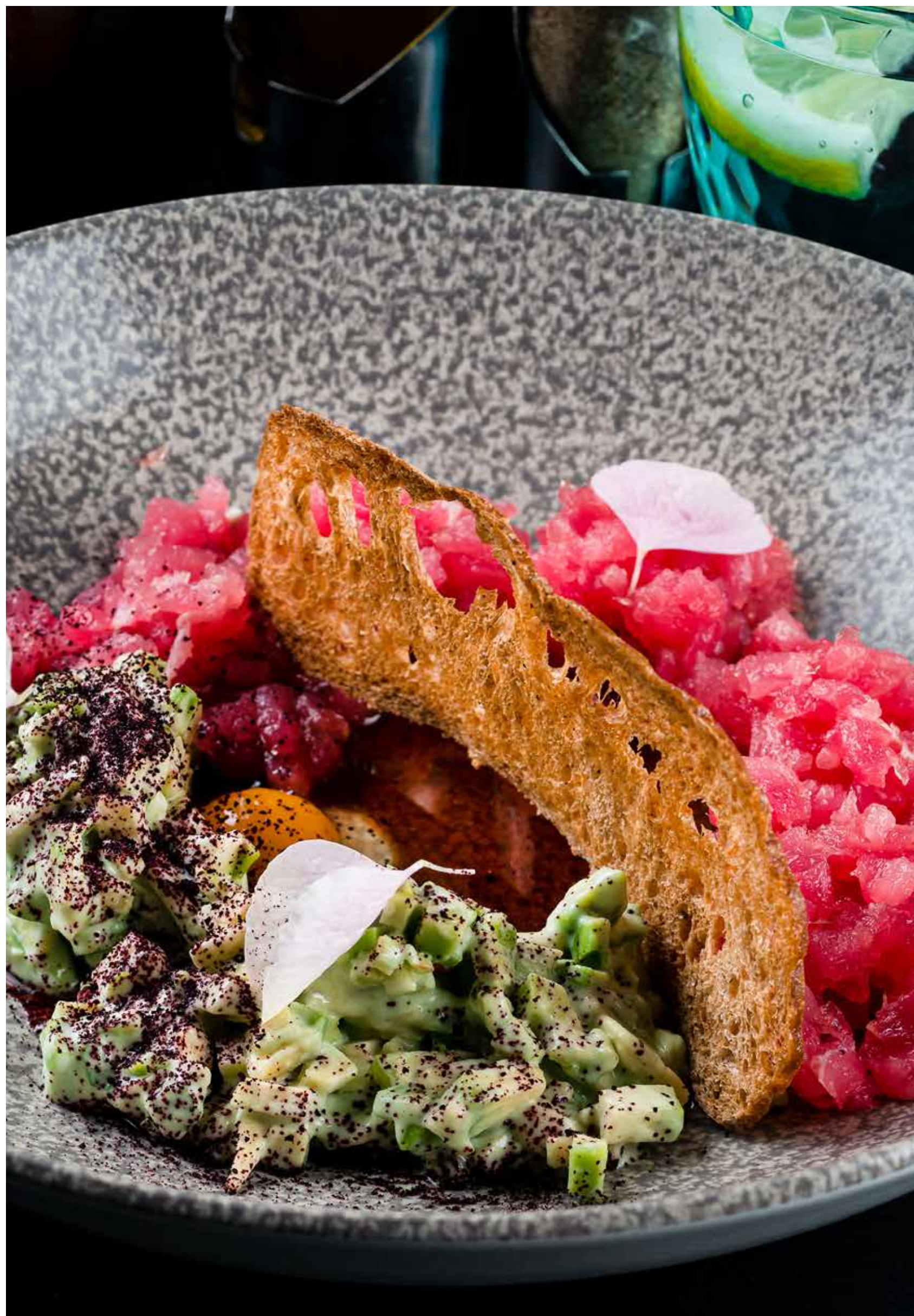
Desde 1981, en el corazón del paseo marítimo de Torre del Mar, Marisquería El Radar viene ofreciendo a sus clientes la mejor calidad en pescaño fresco y marisco. Este establecimiento, regentado por una familia torreña con pasado pesquero y marinero, es uno de los grandes referentes en el litoral de la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

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

Restaurante Patanegra 57

Ubicado en el mismo corazón de la localidad malagueña de Nerja, uno de los pueblos más bellos de Andalucía, al final de una de sus infinitas calles serpenteantes se encuentra restaurante Patanegra 57. Contando más de cinco años desde su apertura, este restaurante basa su propuesta gastronómica en dos pilares básicos: calidad e innovación en cada elaboración. Patanegra 57 está comandado por el chef autóctono Sergio Paloma, cuyas bases culinarias se asientan sobre la tradición mediterránea en cocina. Ofreciendo el mejor servicio y calidad a todos sus clientes, ya puedes probar sus delicias gastronómicas para este final de invierno y comienzo de la primavera.

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



LOS ALIMENTOS DE LA FELICIDAD

¿Te sientes deprimido? Es típico eso de la astenia primaveral en estas fechas: estar más cansado, más tristón... pero, ¿sabías que algunos alimentos pueden ayudarte a mejorar tu estado de ánimo? Evidentemente no hacen milagros, pero combinándolos con el ejercicio físico y evitando el estrés, ayudan a la producción de serotonina, responsable de nuestro estado anímico.



LA PRÁCTICA DEPORTIVA HABITUAL TAMBIÉN CONTRIBUYE A
INCREMENTAR EL NIVEL DE SEROTONINAS EN NUESTRO ORGANISMO,
POR LO QUE EL EXPERTO EN NUTRICIÓN RECOMIENDA INCORPORAR
LA ACTIVIDAD FÍSICA EN NUESTRO DÍA A DÍA

La serotonina es un neurotransmisor que se sintetiza a partir de la transformación del aminoácido triptófano. La podemos encontrar en plantas y animales interviniendo en muchos procesos fisiológicos. El 90 % del total de la serotonina presente en el cuerpo humano puede hallarse en el tracto gastrointestinal y en las plaquetas de la sangre. Los procesos conductuales y neuropsicológicos modulados por la serotonina incluyen el estado de ánimo, la percepción, la recompensa, la ira, la agresión, el apetito, la memoria, la sexualidad y la atención. Su metabolismo está asociado en varios trastornos psiquiátricos y su concentración se ve reducida por el estrés.

Hay una serie de alimentos más recomendables con alto contenido en triptófano, que además de favorecer la producción de serotonina, intervienen aportando ácidos grasos Omega 3, vitaminas del grupo B, magnesio, el germen del trigo y zinc:

- En primer lugar, podemos citar los pescados azules, algo que en Málaga es relativamente fácil con nuestro boquerón, los espetos de sardinas, el bonito, la caballa o el aún, entre otros.
- También encontramos un buen aliado en las carnes. Eso sí, tenemos que intentar que sean cortes magros, con poca grasa como el pavo y pollo.
- Las legumbres como la verdina, el garbanzo pedrosillano o la alubia roja riojana son una opción perfecta.
- Los huevos son un alimento con gran valor nutricional y fácil de preparar tanto en el desayuno como en las comidas principales.
- La leche y el queso.
- Las verduras en general.
- El aguacate, el plátano o la piña son frutas perfectas para consumir y que ayudan a subir nuestros niveles de serotonina.
- Frutos secos como los anacardos, las nueces y las avellanas no deben faltar en la cesta de la compra. Son ricos en minerales como el magnesio y resultan el tentempié ideal para añadir en ensaladas o repostería.
- El consumo de cereales integrales es muy recomendable en todas las épocas del año. Su alto contenido en fibra y triptófano lo convierten en el alimento ideal para hacer frente al cansancio y mejorar la salud digestiva.
- El chocolate. Debe ser negro, sin leche ni azúcar, y hay que tener cuidado en no excederse.

La práctica deportiva habitual también contribuye a incrementar el nivel de serotoninas en nuestro organismo, por lo que el experto en nutrición recomienda incorporar la actividad física en nuestro día a día.

Está demostrado científicamente que la serotonina y las endorfinas intervienen de manera directa en nuestro bienestar y, aunque, nuestro organismo las genera por sí mismo, su producción se ve incrementada por ciertos nutrientes y acciones como la exposición al sol, que también ayuda mantener un buen estado de ánimo. Así que, además de introducir en nuestra dieta estos alimentos, también podemos aprovechar la primavera para disfrutar de Málaga y de sus horas de sol pero, eso sí, con un buen factor de protección solar para proteger nuestra piel.

≈ LA HEMEROTECA DE AGRO PERIÓDICO MAGAZINE ≈



LICORES DE LA ABUELA / ALFARNATE

Licores de la Abuela, bebidas variadas con sello del pueblo de Alfarnate

En Alfarnate, hace más de quince años dos jóvenes emprendedores se lanzaron a comercializar una serie de licores que, tanto en su elaboración como en sus sabores, evocaban a esas preparaciones ancestrales para producir bebidas de gran calidad y sabor. Así fue como nació Licores de la Abuela. Primero, con su resolí o licor de café macerado a base de anís, para con el paso de los años incorporar nuevas variedades. Y no solamente muy apreciados por los vecinos y vecinas de esta pequeña localidad, sino también por todos aquellos que visitan el pueblo y quieren llevarse algo especial de estas tierras. José Manuel Arrebola, gerente de Licores de la Abuela, nos comenta más detalles de este singular negocio.

¿Cuándo nace Licores de la Abuela?

Pues fue en el año 2004, que se nos ocurrió tanto a mi hermano como a mí que sería muy interesante poder comercializar esos licores que veíamos que hacía nuestra abuela y que gustaban tanto. Así que nos decidimos a abrir este negocio en Alfarnate, le pedimos esa receta, y a partir de ahí empezamos a producir

Y con esa elaboración artesana que es lo que da el toque peculiar y diferente...

Exactamente, lo preparamos de igual forma que lo hacía nuestra abuela, todo de forma manual y artesana, que es lo que además le da ese sabor que hace que sea tan apreciado.

¿Cuál fue ese primer licor que sacasteis al mercado?

Empezamos con el el resolí o licor de café, que era el que ella preparaba y que vimos que tenía mucha aceptación. Y poco a poco fuimos incorporando una mayor variedad, como es el licor de endrina, el de membrillo, de cereza o frambuesa. Son licores que requieren su trabajo a la hora de elaborarlos y tienen también ese tiempo de maceración necesario, como puede ser el de endrina.



VIVEROS CANARIAS / VÉLEZ-MÁLAGA

Viveros Canarias, 35 años marcando la diferencia en la comarca de la Axarquía

La experiencia siempre es un grado y más si hablamos de Viveros Canarias, con sus invernaderos y oficinas en Vélez-Málaga y El Trapiche. Y es que nada menos que 35 años de esfuerzo, tesón y dedicación, de la mano de su fundador, José Antonio Viña Pérez; se notan. El amor por el cuidado y mimo de las plantas se siente y se respira.

Y es que al igual que en la música, también la agricultura tiene un ritmo marcado, con sus pausas y donde muchos elementos, al igual que los instrumentos en una orquesta, juegan un papel crucial. Y de ambas disciplinas domina Daysmilin Estévez, gerente y esposa de José Antonio Viña, cantante cubana que dirige con cuidado y esmero Viveros Canarias. Y acompañada por un equipo que, al igual que en una banda musical, cada cual tiene su parcela de responsabilidad en el proyecto: Montserrat Sánchez Jiménez, José Antonio González Díaz y David Chica Giles.

Precisamente en el sector de los subtropicales, con los aguacates y los mangos, es donde demuestra su potencial, contando en sus instalaciones con diversas variedades acordes a las necesidades de cada terreno y climatología. Y es que en sus cerca de 6.000 metros cuadrados tiene cabida todo lo necesario para que el agricultor encuentre lo que busca. Además con 10.000 metros cuadrados en El Trapiche.

Además de encontramos plantas que darán espectaculares frutos también las hallamos de un exotismo poco usual. Mientras paseamos contemplamos distintas variedades de cítricos, se contempla la pitahaya o como se denomina fruta del dragón, las palmeras, los kumcuats, los litchis o incluso la conocida como Mano de Buda, un limón de curiosa y espectacular forma. También funciona como jardín, en el que encontramos con plantas decorativas u ornamentales que sin duda nos alegrarán la vista y que para los jardines, balcones o entradas lucirán perfectas. El colorido estalla a nuestros ojos si vemos la belleza serena de sus orquídeas, la curiosa e hipnótica presencia de las muscaris o como se las llama la flor de los duendes.



LA REINA DEL MANGO / AXARQUÍA

Arcadia Heritage: La Reina del Mango, toda una filosofía de vida

Hablar de Arcadia Heritage y La Reina del Mango no es solamente hacerlo de este exquisito manjar tan implantado en la fructífera comarca de la Axarquía. También supone mencionar un maravilloso espacio en el Planeta Tierra, una zona que se dedica a amar, respetar y vivir, en consonancia con el entorno natural que nos rodea.

La palabra Arcadia hunde su raíz en Grecia, en sus campos. Significa estar en armonía con la Naturaleza. Y esa armonía es llevada hasta su máxima expresión como valor de esfuerzo y de tesón en el trabajo. Un área dedicada a la producción y comercialización de frutas subtropicales, en un enclave privilegiado; donde los valores del amor y del respeto se trasladan a esa filosofía de vida y, por tanto, a la labor de la agricultura.

Y dentro de ese espíritu optimista, nacen los mangos con arte, como conclusión a ese mimo por el cuidado medioambiental, un tesoro que nos brinda la Madre Tierra.

Esta es la filosofía de La Reina del Mango: " Después de haber vivido profundamente la Alta Montaña, en mi hogar, que lo conforma todo el Valle de Arán, dedicada a alimentar a mi prójimo espiritualmente a través del campo de la Fotografía, decidí retornar a esta parte de Andalucía a la que siempre estuve vinculada por ser el lugar de residencia estival de mi familia. A esta charrona fuerte del Sur, templada en los hielos del Norte, no le han apagado ni su energía, ni su vitalidad, ni tampoco la pasión y la entrega que pone en todos los Proyectos que emprende, las dificultades de toda índole que esas capas le han creado para continuar con el ejercicio de su profesión.

Simplemente las canalicé -obstrucción incluida- hacia el entorno natural en el que de nuevo se desarrolla mi vida donde acabó enraizando -tras la maceración- este nuevo Proyecto, dedicado ahora a alimentar a mi prójimo físicamente a través del campo de la Agricultura. Así nació La Reina del Mango.



LOS PATIOS DE BEATAS / MÁLAGA

Los Patios de Beatas, vinos gastronomía e historia en el centro de Málaga

Los Patios de Beatas fue la primera vinoteca moderna del centro de Málaga. Cientos de referencias, decenas de vinos por copas, sommeliers expertos que explican y recomiendan el mejor vino para cada paladar y ocasión... el sueño de todo winelover.

Parece que fue ayer cuando entrábamos por primera vez en este singular espacio y nos maravillamos con sus preciosas mesas artesanas de temática vinícola. Esa barra con listones de madera que simulan una gran barrica y cerca de la entrada, siempre Julián Sanjuan, con su característica sonrisa y amabilidad.

¿Cuál fue el germen de Los Patios de Beatas?

El proyecto se remonta al año 97, es entonces cuando se montan las primeras vinotecas en Málaga, tanto en Ojén como en Mijas. En el 2003 se compran las casas en la Calle Beatas y no es hasta el 2012 cuando se abren las puertas de Los Patios de Beatas, siendo la idea continuar la labor en estos nuevos 800 metros cuadrados, ubicando los vinos de Málaga. También incluimos ejemplares nacionales e internacionales. Lo acompañamos con una carta de cocina de mercado. No tenemos cocina de V gama, todo se elabora en cocina.

¿Qué gustos vinícolas tiene el malagueño?

El malagueño en general es un consumidor bastante clásico. Nosotros tenemos más de 650 referencias, así que podemos contentar a ese consumidor clásico, pero al mismo tiempo tenemos esa gran oferta para los clientes fieles que vienen buscando todo tipo de vinos de diferentes zonas geográficas. Por ejemplo Monterrey, Valdeorras, Bierzos, Méntrida, Yecla... También nos apoyamos con los dos dispensadores de vinos por copas, donde tenemos 30 vinos tintos y otros 20 espumosos, generosos, blancos y rosados. Tenemos cerca de 60 vinos por copas. Esto nos da mucho juego a la hora del maridaje.



CANILLAS DE ACEITUNO



**El Saltillo, el gran atractivo
turístico de la Axarquía**

| PLAZA DE LA CONSTITUCIÓN, 22 | C.P. 29716 | CANILLAS DE ACEITUNO (MÁLAGA) | TEL. 952 518 000-02 |

| www.canillasdeaceituno.es | ayuntamiento@canillasdeaceituno.es |