

# magazine traveling

EDICIÓN ESPAÑA

REVISTA DE VIAJES Y GASTRONOMÍA

Nº 66 Año 2024 Precio: 6,00 € - Canarias e internacional 8,00€



9 4260 96 06 146 26999

**WOW OPORTO**

Epicentro cultural que  
transforma Oporto

**ELIZONDO**

La magia de Navarra

**BERLÍN**

Ruta en bicicleta

**GALES**

Entre leyendas y paisajes

REVISTA DE VIAJES Y GASTRONOMÍA DIGITAL Y EN PAPEL





**Crucero de los seis puentes**



**Free tour por Oporto**



**Excursión a Aveiro y Costa Nova + Paseo en barco**



**Excursión a Guimarães y Braga**



**Tour en tuk tuk por Oporto + Crucero de los seis puentes**



**Tour de Oporto al completo con entradas**

# Reserva actividades en Oporto



## civitatis



**Las mejores actividades**



**Atención al cliente 24/7**



**Cancelación gratuita**



**Precio mínimo garantizado**

# Bienvenido a bordo

Hemos dejado atrás agosto y, con él, las vacaciones de verano para la mayoría. Sin embargo, septiembre nos recibe con temperaturas agradables y el ánimo de seguir disfrutando. Es el momento perfecto para hacer pequeñas escapadas o finalmente embarcarnos en esos viajes que aún tenemos pendientes. ¡La aventura continúa!

Comenzamos nuestra aventura pedaleando por las calles de **Berlín**, una ciudad que cobra vida desde una bicicleta. Este viaje nos permitió descubrir su vibrante cultura, sus monumentos icónicos y esos rincones secretos que sólo se encuentran cuando uno se adentra a un ritmo pausado.

Desde allí, nos trasladamos a los paisajes de **Gales**, un lugar donde las leyendas cobran vida. Sus montañas y valles nos susurran historias antiguas, y sus castillos nos recuerdan un pasado lleno de misterio y valentía.

Nuestra siguiente parada fue **WOW Oporto**, donde la cultura y la gastronomía se entrelazan para transformar la ciudad en un epicentro de creatividad y sabor. Un rincón para conocer la historia y gastronomía portuguesa.

En **Indonesia**, las imágenes hablan por sí solas. Los paisajes exóticos de nuestras fotos nos transportan a un mundo de colores y contrastes.

No podíamos dejar de mencionar **Albarracín** y su catedral, una joya escondida en Teruel, ni el encantador pueblo de **Mogarráz en la Sierra de Francia**, un retrato vivo que cuenta el pasado de sus gentes.

En Turismo Rural, nos sumergimos en la belleza natural de **Elizondo**, un rincón de paz en el corazón de Navarra. Y para los amantes del enoturismo, nos aventuramos a **Guanajuato**, México, donde los viñedos nos ofrecen no solo vino, sino una experiencia cultural inigualable.

Finalmente, para sumergirte en el lujo y la naturaleza, nada mejor que visitar lugares como **A Quinta da Auga** y **La Torre del Visco**, ambos miembros de Relais & Châteaux. Estos refugios ofrecen el equilibrio perfecto entre elegancia y serenidad, invitándote a descansar en entornos naturales excepcionales donde cada detalle ha sido cuidadosamente diseñado para brindarte una experiencia inolvidable.

Esperamos que estas historias os inspiren y ¡sigamos explorando el mundo juntos!



Jose A. Muñoz  
CEO



Rosario Alonso  
Directora

Miembros de:



**Ediciones OMO DOMO SL**

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

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

## CEO

Jose Antonio Muñoz  
[joseantonio@revistatraveling.com](mailto:joseantonio@revistatraveling.com)

## DIRECTORA

Rosario Alonso  
[rosario@revistatraveling.com](mailto:rosario@revistatraveling.com)

## PUBLICIDAD

Javier Martínez  
[javier@revistatraveling.com](mailto:javier@revistatraveling.com)

## REDACCIÓN

[redaccion@revistatraveling.com](mailto:redaccion@revistatraveling.com)

## FOTOGRAFÍA

Coro  
[josemcoromina@gmail.com](mailto:josemcoromina@gmail.com)

## ENOTURISMO

Alejandro y Luis Paadín  
[alejandro@paadin.es](mailto:alejandro@paadin.es)

## Delegaciones

### **COSTA RICA:**

José David Díaz Picado  
[jose.diaz@crmia.com](mailto:jose.diaz@crmia.com)

### **ESTADOS UNIDOS:**

Larissa Rolley  
[LarissaRolley@outlook.com](mailto:LarissaRolley@outlook.com)

### **MÉXICO:**

Luís Armando Suarez  
[armando@revistatraveling.com](mailto:armando@revistatraveling.com)

### **COLOMBIA:**

Carlos Sanchez Uriaga  
[carlos@revistatraveling.com](mailto:carlos@revistatraveling.com)

## Colaboran

Miguel A. Muñoz Romero  
[miguelmunozromero@gmail.com](mailto:miguelmunozromero@gmail.com)

Hernando Reyes Isaza  
[hreyes@altum.es](mailto:hreyes@altum.es)

Manena Munar  
[manena.munar@gmail.com](mailto:manena.munar@gmail.com)

Julián Sacristán  
[comunicacion@wfm.es](mailto:comunicacion@wfm.es)

Kiara Hurtado  
[kiara.hurtado.prensa@gmail.com](mailto:kiara.hurtado.prensa@gmail.com)

Diego Ruiz-Gil  
[diegorg45@hotmail.es](mailto:diegorg45@hotmail.es)

Clara Serrano Vega  
[claraserranovega@gmail.com](mailto:claraserranovega@gmail.com)

Depósito Legal: M-1097-2018

ISSN: 2660-8146





**12 VIAJES**  
GALES  
Entre leyendas y paisajes

**18 VIAJES**  
WOW OPORTO  
Epicentro cultural que transforma Oporto

**30 VIAJES**  
VEGUETA  
Donde Las Palmas guarda su memoria

**38 VIAJES**  
PERPIÑAN  
Fusión perfecta de naturaleza y cultura

**44 RECUERDOS DE UN VIAJE**  
INDONESIA  
Sumérgete en la magia de tierras lejanas

**48 HISTORIA, ARTE Y CULTURA**  
ALBARRACÍN  
Un viaje a través de su historia

**54 PUEBLOS CON ENCANTO**  
MOGARRAZ  
Un retrato vivo en la Sierra de Francia

**60 ECO DESTINOS**  
ZADAR (Croacia)  
Una aventura apasionante en el Mar Dálmata

**64 TURISMO RURAL**  
ELIZONDO  
Un rincón mágico en el corazón de Navarra

**68 ENOTURISMO**  
GUANAJUATO  
Tierra de vinos independientes



# CONTENIDOS

Revista Traveling N°66

Año 2024

SUMARIO

<b>ESCAPADAS</b> 48 HORAS EN LIUBLIANA Capital verde de un país verde	76
<b>LUGARES PARA SOÑAR</b> A QUINTA DA AUGA Lujo en el corazón Galicia	80
<b>LUGARES PARA SOÑAR</b> HOTEL TORRE DEL VISCO Exclusividad y lujo discreto en Teruel	84
<b>EL CINE EN LA MALETA</b> LUIS PRIETO "Estación Rocafort"	88
<b>LA VENTANA DE MANENA</b> MARRUECOS Valle de Ourika	90
 <b>traveling</b> gourmets	95
<b>PRODUCTOS</b> MI HUERTO Consevas y sostenibilidad en Teruel	96
<b>RUTAS GASTRONÓMICAS</b> SABORES DE LISBOA Su lado más dulce	98
<b>BODEGAS CON ALMA</b> BODEGAS MENADE Entre dos tiempos	104
<b>RESTAURANTES PROBADOS</b> INDOCHINA BRASA Fuego y sabores del sudeste asiático	110
<b>RESTAURANTES PROBADOS</b> ASADOR GONZABA Parrilla gallega en Madrid	113
<b>RESTAURANTES PROBADOS</b> RESTAURANTE QUISPE Altísima gastronomía peruana	116



**PORTADA**

Cascada en Elizondo

© Coromina



**PORTADA**

Salmonetes

© Torre del Visco



Alexanderplatz ©Antonio Castello

# Berlín

## y su arquitectura en bicicleta

**Texto:** Hernando Reyes Isaza - hreyes@altum.es  
**Fotos** Antonio Castello - Info@antoniocastello.com

Desde la destrucción de Berlín durante la Segunda Guerra Mundial y después, tras la caída del Muro, la capital alemana se ha venido reinventando así misma creando una colección de arquitectura única en el mundo a la vez que ha reconstruido antiguos palacios, catedrales y museos. Berlín es una de las ciudades más extensas de Europa, por lo que recorrerla en bicicleta es la mejor forma de apreciar sus joyas arquitectónicas.

**L**as bicicletas cada vez toman mayor relevancia en todas las ciudades, y Berlín no es la excepción. El recorrido que proponemos es toda una experiencia que se disfruta con los cinco sentidos. Iniciamos nuestra ruta de la mano de Antonio Castello un fotógrafo y guía colombiano, casado con alemana y residente en esta metrópoli, que se ha ido especializando en recorridos temáticos en bici por esta urbe.

### El diseño soviético de Alexanderplatz

Esta plaza no solo es el mejor ejemplo de cómo el diseño soviético tomó la capital alemana durante la Guerra Fría, sino también un punto central de la ciudad donde encontramos diferentes bicicletas para alquilar un par de horas.

Coronado por la Torre de TV (Fernsehturm) Alexanderplatz es el símbolo de la Alemania del este. La torre concebida en 1965 y terminada en 1969 por el gobierno de la República Democrática de Alemania (RDA), fue creada como un icono del poder soviético en la ciudad. Hoy se mantiene como un símbolo de Berlín, y con 368 metros de altura incluida su antena, es el edificio más alto de la Unión Europea.



Detalle del edificio de la Filarmónica de Berlín ©Antonio Castello



Embajada de Holanda

### La premiada Embajada de Holanda

Continuamos por la orilla de Río Spree hasta alcanzar la Embajada Holandesa. Ganadora del premio de arquitectura “**Mies van de Rohe**” en 2004 y diseñada por el arquitecto holandés Rem Koolhaas, la sede del gobierno holandés se extiende como un edificio solitario que integra diseño moderno y las antiguas reglas y estilos de construcción y planificación impuestas por la corona desde el Siglo XIX y más tarde por el gobierno socialista. Su fachada está cubierta por cubos individuales y diagonales que crean un sistema de ventilación en el cual se unen diseño y funcionalidad.

### El Museo Judío, Postdamer Platz y Renzo Piano

No muy lejos de allí se encuentra la frontera con el antiguo muro de Berlín, continuamos hasta cruzar al lado Occidental de la ciudad y en pocos minutos visitaremos el Museo Judío. Famoso por sus ángulos extremos y su diseño brutalista, el museo cuenta la historia de la comunidad judía en Alemania y las atrocidades que sufrieron durante la guerra.

Desde el museo llegamos en pocos minutos a Postdamer Platz. En los años 20 Postdamer era el centro de la ciudad, un lugar no solo para ir de compras o visitar sus cafés, sino también famoso por sus locales nocturnos donde el Jazz y el Cabaret dieron vida a una nueva sociedad que celebraba el final de la Primera Guerra Mundial, y el nuevo gobierno libre y democrático. Por primera vez en Alemania no había un rey y este era el mejor lugar para celebrarlo y “levantarse las faldas”.



Detalle de la Biblioteca Nacional ©Antonio Castello

Tras la destrucción de la ciudad en 1945 y durante más 30 años esta zona perteneció a los confines y paredes impenetrables del muro de Berlín. Hoy gracias a muchos años de trabajo y el diseño arquitectónico del italiano Renzo Piano, la zona se ha convertido en un gran complejo de edificios, ha retomado su antiguo espíritu y se ha convertido en eje comercial de la capital donde se encuentran las tiendas, los cines, el buen comer y los hoteles de 5 estrellas.

### Obras de Hans Scharoun

A pocos metros de Postdamer Platz se levantan dos de los más espectaculares monumentos de la ciudad: La Filarmónica y La Biblioteca Nacional.

Diseñados por Hans Scharoun al final de los años 60, y mejor conocido como “Kulturforum” o Foro Cultural, los edificios son la respuesta a una falta de oferta cultural en Berlín Occidental cuando la creación del muro separó a los habitantes del Occidente de sus antiguos centros culturales.

Los edificios cubiertos de amarillo y dorado le dan al área una aparente calma y su diseño, una mezcla de estilo Le Corbusier y Moderno, fueron en su momento y por muchas décadas ejemplos en Europa del diseño futurista y contemporáneo que hoy nos parece tan normal.

### El estilo Bauhaus de Walter Gropius

En este punto y tras mucho pedalear es normal sentirse un poco agotado, así que es tiempo para un descanso en el Museo-Archivo de la Bauhaus. Este construcción es un ejemplo clásico de la arquitectura Bauhaus y el más importante en Berlín. Diseñado por Walter Gropius, este lugar es ideal para descansar, tomarse un café y probar el famoso “apfelstrudel” alemán.

Museo-Archivo de la Bauhaus ©Antonio Castello







## RUTA EN BICICLETA POR BERLÍN

En su tienda de regalos cientos de artículos de diseño clásico y contemporáneos se ofrecen a los visitantes, una parada obligada para los amantes de la arquitectura.

Tras una corta sesión de compras es hora de tomar el camino de nuevo. Continuamos hacia el Norte pasando por la “Columna de la Victoria” para regresar a Berlín oriental, concretamente a la Puerta de Brandeburgo.

### El gran secreto de Gehry

Si bien la puerta vale la pena en sí misma, en esta plaza se encuentra también uno de los diseños del arquitecto Frank Gehry, y según él, su favorito en Alemania. Las oficinas del Banco DZ no son nada espectaculares vistas desde afuera, pero una vez se han cruzado sus puertas se devela una magnífica figura arquitectónica. Gracias a las estrictas regulaciones en la zona, a Gehry no se le permitió crear una de sus fachadas esculturales como la del Museo Guggenheim de Bilbao, por lo que el arquitecto norteamericano decidió crear una estructura de vidrio, madera y acero en forma de Ballena al interior del edificio. Sin duda este es uno de los mejores secretos guardados en Berlín.

Oficinas del Banco DZ diseñadas por Gehry ©Antonio Castello





Cúpula del Reichstag ©Antonio Castello

Poco a poco llegamos al final de esta aventura, y con las fuerzas que nos quedan cruzamos el parque adyacente a la Puerta de Brandenburgo con dirección al Reichstag o el edificio del parlamento. Ningún edificio cuenta en Berlín la historia de la ciudad tan bien como este.

Creado en 1897 por el recién coronado emperador de Alemania Guillermo I para dar lugar al primer gobierno elegido democráticamente en el país, fue destruido en 1931 por un fuego causado por las oscuras fuerzas nazis, bombardeado en 1943 por el ejército inglés y destruido por el ejército rojo soviético en la toma de Berlín en abril de 1945.

### Y cómo no, Sir Norman Foster

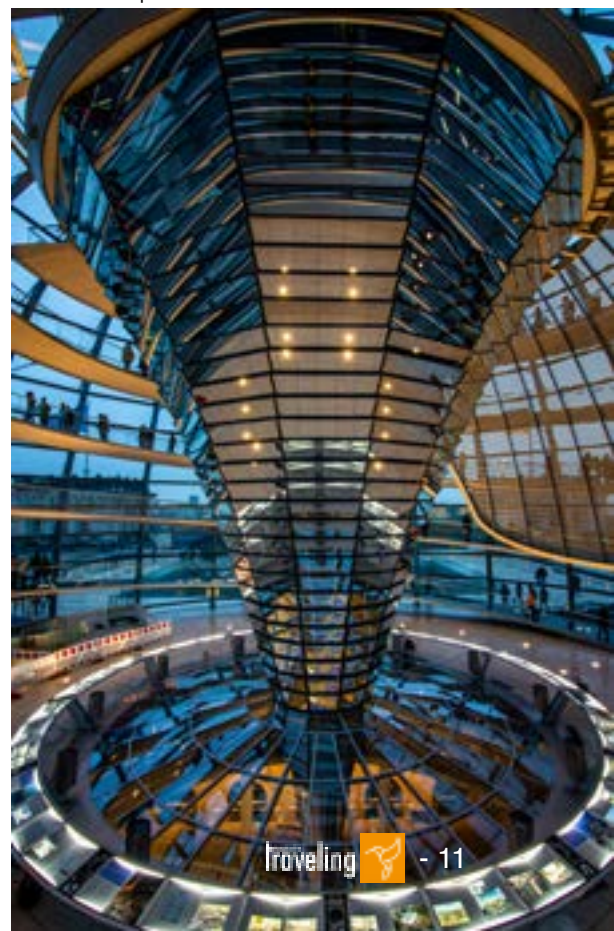
El edificio cayó por muchos años en el olvido en los tiempos de la Guerra Fría, y tuvo que esperar hasta 1991 para su reconstrucción al dar cabida al nuevo gobierno tras la reunificación alemana. Su domo hecho de cristal y su diseño, una mezcla de modernidad e historia patria, son una de las obras más famosas de Norman Foster y desde allí se puede observar la ciudad completa en una vista de 360°. El mejor lugar para terminar este tour arquitectónico por Berlín.

### Acerca del guía

*Antonio Castello es un fotógrafo y guía turístico colombiano residente en Berlín. Ha diseñado una serie de paseos en bicicleta para guiar a los visitantes en sus recorridos por Berlín a la vez que adquieren mayores conocimientos fotográficos para sus viajes.*

Tel: 49 0 176 3755 2694 - [Info@antoniocastello.com](mailto:Info@antoniocastello.com)

Interior de la cúpula de cristal



# Gales entre leyendas y paisajes

**Texto:** Joaquín del Palacio  
joaquinaeografo@gmail.com

**Fotografía:** Joaquín del Palacio,  
Visit Wales y Michael Price







Costa junto a Cardigan

Caminar es el mejor modo de descubrir y sentir en plenitud un territorio. En 2012 se completaron los 1.400 km del sendero costero de Gales (Wales Path Coast) convirtiéndose en el primero del mundo que recorre íntegramente la costa de un país. Este viaje en contacto con la naturaleza nos permitirá descubrir la belleza y los secretos del Parque Nacional de la Costa de Pembrokeshire.

### Delfines al caminar

Paseando por New Quay en las inmediaciones de la bahía de Cardigan es fácil divisar delfines, focas, ballenas y multitud de aves marinas desde el Wales Path Coast. En esta bahía desemboca el río Teifi formando un estuario cuya imagen varía mucho según oscilen las mareas, que suben hasta 7 m. Observar desde el puente de Cardigan el ascenso de las aguas marinas río arriba empujadas por la marea es un doble espectáculo diario. Su fuerza invierte la corriente del río a pesar de estar a 5 km del mar, junto al puente y como testigo milenario destaca el castillo, uno de los 641 que hay en Gales. Antes de alcanzar el mar el Teifi atraviesa el Desierto de Gales, se llama así porque no lo habita nadie no porque no llueva. Aquí solamente existe naturaleza pura: colinas redondeadas, valles encajados, abundancia de impresionantes robledales...

Continuando la senda, paso a paso, de playa en playa, a veces por calas mínimas, cruzaremos la penumbra de túneles de árboles y marcharemos entre altas paredes verdes que parecen trincheras de vegetación. De pronto el camino se abre, sale a la luz y surgen calas entre acantilados decorados con farallones e islotes. Esta costa no parece europea. En verano se camina entre el verde terrenal y el azul marino salpicado del intenso morado de las flores de brezo, en primavera se plaga de amarillo.

### Secretos en la espesura

Al cruzar el estuario del río Nevern se entra en Newport a través de una mezcla de humedal y parque municipal con bancos para disfrutar de la naturaleza, las aves o las mareas. Aguas arriba de este río un tejo está sangrando. Tiene una herida, aparentemente inocua, que permanece abierta de la que brota un líquido rojo. Científicamente es inexplicable, sin embargo, cuenta la leyenda que un monje inocente fue ahorcado en él y por esa injusticia mana. Y no cesará de sangrar hasta que un galés ocupe el trono de Nevern. A este lugar se accede bajo la penumbra de gigantescos tejos centenarios entrelazados que dan paso a la milenaria iglesia gótica de St Brynachs, junto al río y a un antiguo cementerio repleto de símbolos celtas.



Delfines junto a New Quay





Este templo en medio de un frondoso bosque transmite una paz espiritual que conecta directamente con el alma.

Volvamos al mundo terrenal montando en tren, en uno de aquellos antiguos ferrocarriles carboníferos que contribuyeron al principal ingreso galés durante el período industrial. Son visitables varias minas por la zona pero ahora toca una cerveza artesana en Tafarn Sinc, una antigua taberna de una estación de tren minero. Actualmente es una cantina-museo en la que documentarse y reponer fuerzas. Precisamente este bar cae cerca de la Montaña de los Ángeles, donde los caminos se retuercen y ascienden entre prados con ovejas y caballos pastando en libertad. Algunas de esas curvas se convierten en miradores panorámicos del paisaje rural ondulado y, al fondo, el mar que siempre nos acompaña.

### Va cayendo el sol

Vamos al cabo Pen Dal-aderyn, el más occidental de Gales frente a la isla de Ramsey, una reserva natural. Muy cerca se encuentra St David's, la ciudad más pequeña del Reino Unido, cuyo símbolo es su apoteósica catedral que al atardecer se tiñe del color de las postales. El papa Calixto II dijo que peregrinar dos veces a esta catedral era como hacerlo una a Roma y tres veces, una a Jerusalén. Según la leyenda el diablo intentó colarse en este templo y San David, patrón de Gales, le tiró desde el tejado clavando sus pies en una tumba y dejando sus huellas. Hay que buscarlas, pero cuidado, a quien le coincidan exactamente resultará ser el demonio.

En la otra orilla del río Alun, frente a la catedral, resisten los restos del palacio episcopal, sobre todo permanecen en pie los muros exteriores que actualmente cobijan un escenario teatral. Estas ruinas se integran en la naturaleza, rodeadas de hierba, de plantas y árboles en una combinación perfecta.

En su desembocadura el Alun ha excavado los acantilados costeros generando un cañón en el que se ha situado un peculiar puerto que tiene las embarcaciones en dique seco mientras la marea permanece baja. En los alrededores continuando por la orilla del mar se suceden paisajes fotogénicos, entre ellos, la ermita de St Non y, a su lado, el pozo sagrado. En este lugar nació San David en el siglo VI por eso al pozo se le atribuyen poderes curativos. En la ermita pone en un cartel: Mantengan la puerta abierta para que los pájaros puedan salir.

### Mirando al cielo

Los días ofrecen amaneceres y atardeceres largos y coloridos pero tras el crepúsculo comienza otro espectáculo. El cielo nocturno es inimaginable en Gales porque no existe contaminación lumínica, lo que permite ver con claridad, no solamente un firmamento repleto de estrellas, sino la Vía Láctea completamente y con total nitidez. Y cuando la Luna está llena los paisajes costeros adquieren un encanto especial, una mezcla de colores pardos y magia galesa.

◀ Mirando el cielo © Michael Price  
 ▼ Ermita de St Non, lugar de nacimiento de San David en el siglo VI

Visit Britain

Visit Wales





# WOW OPORTO

## **Epicentro cultural que transforma la esencia de Oporto**

**Texto:** Jose Antonio Muñoz - **Fotografía:** WOW Oporto y Jose A. Muñoz



**W**OW Porto, o World of Wine, es un innovador complejo cultural y turístico en Vila Nova de Gaia, frente a Oporto.

Ubicado en unos antiguos almacenes de vino y con una inversión de 100 millones de euros por The Fladgate Partnership, WOW Porto ha revitalizado la zona. Este proyecto no solo celebra la rica tradición vinícola de la región, sino que también ofrece una experiencia inmersiva en la historia, cultura y gastronomía portuguesa.

Con una extensión de 55,000 m<sup>2</sup>, WOW Porto incluye siete museos temáticos, doce restaurantes y bares, una escuela de vinos, tiendas, y espacios para eventos y exposiciones. Cada museo está diseñado para proporcionar una experiencia educativa amena, explorando diversos aspectos de la cultura portuguesa. WOW Porto es más que un destino turístico; es un emblema de Oporto y un representante de su historia, esencia y cultura.

Comenzaremos recorriendo los museos más importantes para terminar con una ruta gastronómica sin salir de WOW.



### The Wine Experience

Este museo ofrece un recorrido inmersivo por la historia del vino, desde sus antiguos orígenes hasta su importancia en la actualidad. Los visitantes pueden aprender sobre el proceso de producción del vino, desde el cultivo de la vid hasta el embotellado, y explorar las diversas variedades de uva y tipos de vino, como tintos, blancos, rosados y espumosos.

Además de la parte técnica, la exposición destaca la cultura vinícola global, mostrando cómo el vino ha sido integrado en diferentes culturas a lo largo del tiempo, con un enfoque en las costumbres y tradiciones asociadas. La experiencia es altamente interactiva, con estaciones táctiles y audiovisuales que hacen el aprendizaje tanto educativo como entretenido.

Ofrece también catas guiadas por expertos, donde los visitantes pueden degustar diferentes vinos y aprender a apreciar sus matices, sabores y texturas, enriqueciendo aún más la experiencia.



## Planet Cork

Planet Cork es un museo único dedicado al fascinante mundo del corcho, un material que Portugal comercializa como ningún otro país. Este museo explora todo el ciclo de vida del corcho, desde su extracción de los alcornoques hasta sus diversas aplicaciones. Los visitantes descubren los usos históricos del corcho, como en la arquitectura antigua y los primeros tapones de botellas de vino, así como innovaciones modernas en industrias como la aeroespacial y la moda. Las exhibiciones interactivas destacan los beneficios de su sostenibilidad y su valor para el medio ambiente, enfatizando su importancia como recurso renovable.



## The Chocolate Story

The Chocolate Story es un museo que ofrece un recorrido completo por la historia y producción del chocolate, desde los orígenes del cacao en las civilizaciones mesoamericanas hasta su popularización global. El museo detalla el proceso de producción del chocolate, desde la cosecha del cacao hasta su transformación en tabletas, y explora cómo el chocolate se ha integrado en diversas culturas, incluyendo su papel en celebraciones y rituales.

Una de las principales atracciones es la visita a la fábrica de chocolates "Vinte Vinte", donde los visitantes pueden observar el proceso de elaboración a través de cristales. El museo es altamente interactivo, con máquinas, artefactos históricos y displays didácticos. La experiencia culmina con catas de chocolates, donde se pueden probar diferentes variedades, desde el chocolate blanco hasta el 100% cacao, y aprender a apreciar sus sabores y texturas, e incluso maridar el chocolate con vinos de Oporto.





## Porto Region Across the Ages

Porto Region Across the Ages ofrece una perspectiva histórica de la ciudad de Oporto y su evolución a través del tiempo. Este museo proporciona una experiencia inmersiva, guiando a los visitantes a través de eventos significativos que han moldeado la región, desde la época romana hasta la actualidad. A través de una combinación de artefactos, pantallas multimedia y exhibiciones interactivas, el museo destaca momentos clave en la historia de Oporto, incluyendo invasiones, descubrimientos y transformaciones culturales. Este recorrido a través del tiempo ayuda a los visitantes a comprender el carácter único de la ciudad y los factores que han influido en su desarrollo como un importante centro cultural y económico en Portugal





### The Bridge Collection

The Bridge Collection es una exposición extraordinaria que presenta una vasta colección de vasos y copas de vino recolectadas por Adrian Bridge, el visionario detrás de WOW. Este museo muestra más de 1,000 piezas, que abarcan 9,000 años de historia, desde artefactos antiguos mesopotámicos hasta diseños contemporáneos de vidrio. La colección destaca la importancia cultural e histórica de los rituales de bebida y la evolución de las técnicas de fabricación de vidrio. El visitante pueden explorar los aspectos artísticos y funcionales de estos recipientes, obteniendo información sobre los roles sociales y ceremoniales de la bebida a lo largo de diferentes culturas y épocas.

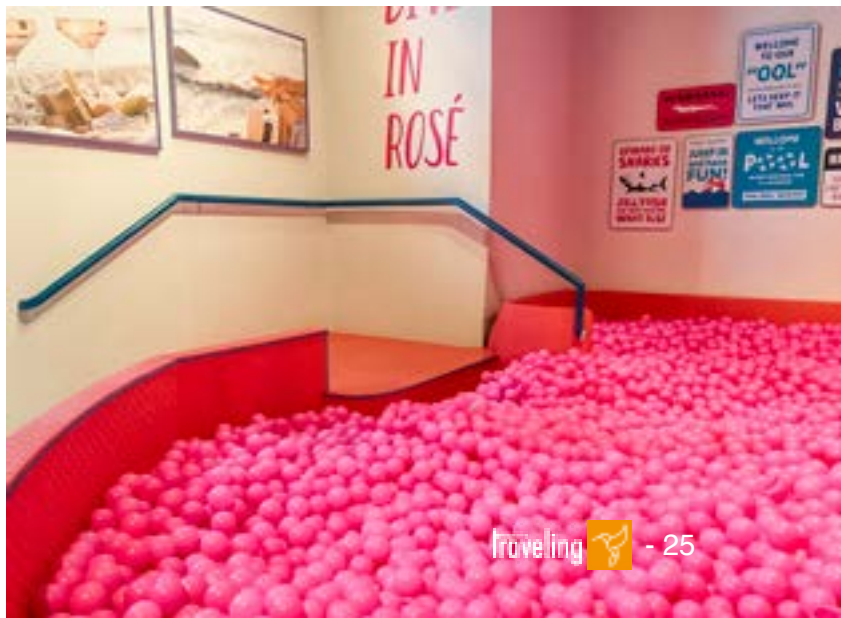






### Pink Palace

Pink Palace está dedicado al mundo del vino rosado, celebrando su historia e impacto cultural. Este espacio ofrece una experiencia atractiva y visualmente impresionante, con exhibiciones diseñadas para ser altamente "instagrameables". Los amantes de esta variedad de vino pueden explorar las técnicas de producción y sus variedades, así como disfrutar de displays interactivos que enfatizan la naturaleza divertida y juguetona de esta popular bebida. Pink Palace ofrece sesiones de degustación del rosado de Portugal y de otros lugares, haciendo que sea una experiencia agradable y educativa para los amantes del vino.





Frescos restaurados de la iglesia

## The Atkinson Museum

Es un espacio cultural destacado que combina la rica historia de una mansión del siglo XVIII con exposiciones de arte contemporáneo de relevancia internacional. Una mansión construida en 1760 y originalmente vinculada al comercio de vino de Oporto, el edificio ha sido cuidadosamente restaurado para albergar exposiciones de nivel mundial. Su capilla adyacente muestra unos impresionantes frescos que han sido cuidadosamente restaurados.

Este museo se ha consolidado como un importante referente cultural gracias a su colaboración con instituciones de primer nivel internacional, organizando exposiciones como DALÍ UNIVERSE EXHIBITION que estará hasta finales de octubre del 2024. The Atkinson Museum contribuye al prestigio de Oporto como un destino cultural clave.

Obras y fotografías de la exposición : DALI UNIVERSE EXHIBITION



## Escuela de Vinos

La Escuela de Vinos de WOW es una instalación educativa de primer nivel dedicada al arte y la ciencia del vino. Ofrece una amplia gama de cursos y talleres adaptados a diferentes niveles de experiencia, desde principiantes hasta entusiastas avanzados. La escuela está certificada para impartir cursos de Wine & Spirit Education Trust (WSET), incluyendo los niveles 1 y 2, en portugués e inglés. Estos cursos cubren temas esenciales como técnicas de degustación de vino, viticultura y producción de vino, proporcionando una base sólida para aquellos que desean profundizar su conocimiento. Además de los cursos formales, la Escuela de Vinos ofrece catas personalizadas y talleres temáticos que exploran aspectos específicos del vino, como variedades regionales y maridajes. El objetivo es popularizar la educación sobre el vino y hacerla accesible y agradable para todos.



## De ruta Gastronómica por WOW Oporto

Después de sumergirte en la riqueza cultural de los museos, es hora de deleitar tu paladar con una ruta eno-gastronómica sin salir de WOW. Este complejo cuenta con una selección de restaurantes y bares que ofrecen lo mejor de la cocina portuguesa y vinos excepcionales.

### T&C

Este restaurante con su agradable terraza elabora platos tradicionales de la gastronomía portuguesa en un entorno elegante y acogedor. Ubicado en una antigua bodega de vino de Oporto, su menú destaca por platos tradicionales con un toque contemporáneo, como la “francesinha,” disponible en versiones tradicional y vegetariana, acompañada de salsa de vino de Oporto. Los comensales pueden disfrutar de una experiencia gastronómica íntima, tanto en la terraza con vistas a Oporto como en el interior decorado como una bodega tradicional.

Cocina portuguesa auténtica



### Root & Vine

Una excelente opción para la cocina vegetariana y vegana. Este establecimiento ofrece una experiencia culinaria que combina ingredientes frescos y locales para crear platos innovadores y saludables; ensaladas creativas o los platos veganos que incluyen deliciosos guisos, curries y platos a base de legumbres y cereales integrales. El ambiente es acogedor y contemporáneo, perfecto para disfrutar de una comida tranquila, nutritiva y muy saludable.

Cocina saludable e innovadora



### The Golden Catch

Perfecto para los amantes de los mariscos, donde puedes seleccionar tu pescado y acompañamiento. Podemos destacar platos como la rica sopa de peixe, el tradicional fish & chips elaborado magistralmente, o su mariscada, uno de los platos estrella perfecta para compartir. El restaurante ofrece un ambiente moderno con impresionantes vistas al río Duero, ideal para una experiencia culinaria memorable tanto para almuerzos como para cenas.

Dónde Tierra y Mar se unen en un mismo bocado





## Restaurante 1828

Situado dentro del complejo WOW, el restaurante 1828 ofrece una experiencia culinaria excepcional que rinde homenaje a un momento crucial en la historia portuguesa: la guerra civil de 1828. Este establecimiento de alta cocina se especializa en carnes de alta calidad, preparadas y servidas con maestría en un entorno elegante con vistas impresionantes de Oporto. El menú está diseñado para mostrar lo mejor de la cocina portuguesa, complementado con una selección de vinos. El restaurante ofrece maridajes únicos, incluyendo opciones con vinos jóvenes de Vintage Port, asegurando una experiencia culinaria inolvidable.



Alta Cocina y Exquisitos Cortes de Carne Añeja con un Toque de Tradición Portuguesa



## Mira Mira by Ricardo Costa

Es un restaurante destacado que ofrece una experiencia culinaria única en WOW Porto. Creado por el chef con estrella Michelin Ricardo Costa, el restaurante combina ingredientes frescos y locales con técnicas innovadoras, presentando platos que celebran la rica tradición gastronómica de Portugal con un toque contemporáneo. Su ambiente elegante y vistas impresionantes complementan una oferta gastronómica que promete deleitar a los paladares más exigentes, convirtiéndose en un destino imprescindible para los amantes de la alta cocina.



Una experiencia culinaria única de la gastronomía portuguesa con un toque contemporáneo



Las Palmas de Gran Canaria

# Vegueta

Donde Las Palmas guarda su memoria

Texto y Fotos: Rosario Alonso



Museo de Colón en la Plaza del Pilar Nuevo

**E**nclavado en el corazón de Las Palmas de Gran Canaria, Vegueta es más que un barrio; es el origen mismo de Las Palmas. Fundado en 1478 por los conquistadores castellanos, este barrio fundacional no solo es el núcleo histórico de la ciudad, sino también el escenario donde se entretajan las raíces de la cultura canaria, la herencia colonial y la vibrante vida urbana actual.

Aunque la conquista se produce en 1478 no es hasta 1483 cuando se les reconoce como españoles. Dos fueron las formas de incorporación del archipiélago a la Corona: las "islas de señorío" (Lanzarote, Gomera, El Hierro, Fuerteventura) se incorporaron sin batalla, los señores feudales no se resisten, se incorporan sin más; las "islas de realengo" (Gran Canaria, Tenerife y La Palma) se resisten y han de ser conquistadas por orden de los Reyes Católicos; hay lucha y la única ventaja del aborígen canario es su conocimiento de la orografía pues carecen de armas de todo tipo, aunque la derrota sería cuestión de tiempo.

## Vegueta, el barrio fundacional de Las Palmas, es un laberinto de calles empedradas que cuenta siglos de historia



Calle Triana

Escultura de uno de los 8 perros de Sta. Ana



No obstante, se cree que antes de los españoles llegaron portugueses y normandos, e incluso se cree que unos frailes mallorquines en el siglo XIV llegaron, de ahí la devoción a Sta. Catalina en la isla, pero en ningún caso cuajaron sus asentamientos. Lo cierto es que del periodo prehispánico solo hay conjeturas, entre otras causas porque el canario antes de la conquista no conocía ninguna forma de escritura.

Se cree que el primer poblador procedía del norte de África, sería un bereber probablemente de las montañas del Atlas; la expansión romana por el norte de África pudo dar lugar o bien a una huida de derrotados o bien a la muy frecuente deportación romana.

Tras esta breve introducción histórica (que se puede ampliar considerablemente en el Museo Canario) pasamos a recorrer el corazón de las Palmas, el gran desconocido.

Al caminar por las calles adoquinadas de Vegueta, uno puede sentir el peso de los siglos en sus muros de piedra, escuchar los ecos de la historia resonando entre sus edificios y plazas, y contemplar cómo el pasado se entrelaza con el presente en cada esquina. Este barrio sorprende al visitante que busca el sol y la playa y que no espera lo que le depara el recorrido por sus calles.

La fusión de las culturas indígena y española creó una identidad canaria única, una amalgama de costumbres, lenguas y creencias que se reflejan en la arquitectura, el arte y las festividades de la isla.

# VEGUETA, LAS PALMAS DE GRAN CANARIA



Teatro Pérez Galdós y debajo Ermita de San Telmo







Patio de la Casa de Colón

Si bien Vegueta es el corazón histórico de Las Palmas, el barrio vecino de Triana representa la conexión con la modernidad, sin perder por ello su encanto tradicional. Separado de Vegueta por la Calle Mayor de Triana, este barrio ofrece una experiencia complementaria, donde el pasado y el presente conviven en armonía.

Triana es conocida por su animada vida comercial, con una gran cantidad de tiendas, cafeterías y restaurantes que invitan a pasear y disfrutar de la oferta local. La arquitectura de Triana, aunque más moderna que la de Vegueta, también refleja la rica historia de la ciudad, con edificios que combinan estilos desde el neoclásico hasta el modernista y art déco.

**El Teatro Pérez Galdós**, uno de los puntos de referencia más importantes de Triana, es un magnífico ejemplo de esta combinación de tradición y modernidad. Inaugurado en 1890, primero como Teatro Tirso de Molina que sufrió un aparatoso incendio, el teatro ha sido testigo de la evolución cultural de la ciudad y sigue siendo un centro de actividad artística y cultural en la actualidad.

Triana también ofrece una faceta más tranquila y residencial, con calles arboladas y plazas donde los vecinos se reúnen para socializar y disfrutar del ambiente relajado. A diferencia de la atmósfera más turística de Vegueta, Triana ofrece una visión de la vida cotidiana de los canarios, con un enfoque en la comunidad y la tradición.

Vegueta, como epicentro histórico de Las Palmas, es un lugar donde esta identidad se puede palpar en cada rincón. Sus calles narran la historia de una fusión cultural que dio lugar a una sociedad diversa y rica en matices, una sociedad que ha sabido preservar su herencia a lo largo de los siglos. El famoso “Carnaval de los Indios” es buena muestra de ello.

No solo la incorporación a la Corona de Castilla marcó su destino, el conocido como tributo de sangre, o emigración obligatoria a “Las Américas” si se quería comerciar con determinados productos, significaba enviar a parte de la familia al otro lado del Atlántico, no hay que olvidar que se colonizaba repoblando.

Migraciones históricas de ida y vuelta que han hecho del canario un “africano de mente europea con alma caribeña”.

Una buena forma de entrar en el casco histórico de Las Palmas es comenzando por la antigua Ermita de San Telmo (patrón de los navegantes), frente al primer puerto que tuvo Las Palmas del siglo XV. Desde allí entramos en el Barrio de Triana que nada tiene que ver con el actual. La posterior construcción del Puerto de La Luz determina el nacimiento de “la Triana” más actual y modernista.

Coloridas fachadas modernistas





Patio del Museo de Colón

El curioso nombre de Triana, así como el nombre de muchas de sus calles, para un barrio canario se cree que pudiera tener su origen en la conquista del siglo XV pues muchos andaluces formaron parte de su conquista y repoblación, ¿pudo ser su fundador un trianero?

Llegamos a la **Plaza de San Antonio Abad**, el Real de Las Palmas, el primer asentamiento de los conquistadores que sabemos era un palmeral con un abundante caudal de agua en forma de barranco.

Aquí se ubicó la primera iglesia de Las Palmas, antes que la catedral. Situada en una esquina de la calle Colón ya vemos la siguiente parada.

**El Museo de Colón** se erige como un testigo imprescindible de la historia transatlántica y del papel crucial que Canarias jugó en la era de los descubrimientos; aunque inicialmente fuera Gomera la escala elegida, un fallo técnico en una de las naves de Colón determinaría el rumbo de la historia. Ubicado inicialmente, en la época del primer viaje, en una manzana de ocho casas, es en el siglo XX cuando se convierte en este magnífico complejo cultural. Hasta en tres ocasiones sería visitada por Colón en sus 4 expediciones al Nuevo Mundo. Esta institución ofrece una ventana al pasado, permitiendo a los visitantes explorar la vida

Reproducción de su camarote en el Museo de Colón



y los viajes de Cristóbal Colón, así como las interacciones entre Europa y América que marcaron el inicio de la modernidad.

El edificio que alberga el museo es una joya en sí misma, con su arquitectura de estilo mudéjar que combina influencias hispanoárabes con elementos góticos.

Las salas del museo están llenas de mapas antiguos, maquetas de barcos y artefactos (como astrolabios) que narran la historia de las expediciones de Colón y su estancia en Las Palmas. Además, el museo ofrece una mirada a la relación entre Canarias y América, explorando cómo las islas sirvieron como punto de enlace y de intercambio cultural entre los dos continentes.

Para quienes buscan sumergirse en la historia, el Museo de Colón es una parada obligada. Cada objeto en su colección cuenta una historia, cada sala transporta al visitante a una época donde los mares eran rutas hacia lo desconocido y Las Palmas era un puerto clave en la red de comercio y exploración que conectaba el Viejo Mundo con el Nuevo.

Su fachada trasera en la Plaza del Pilar Nuevo es espectacular; de piedra de color verde (tirna), de una cantera de la isla que tiene piedra de ese color; de ella destacan sus tres magníficos escudos, así como sus balcones, puertas y ventanas de madera de pino canario, súper resistente al fuego.



Detalle de la puerta trasera del Museo de Colón  
Fachada del Museo Canario





Una de las salas del Museo Canario  
Plaza de Sta. Ana y la Catedral de Las Palmas



Seguimos por la calle de Los Balcones, pasamos por el Museo de Arte Moderno y llegamos al **Museo Canario**.

**El Museo Canario** es una invitación a conocer al pasado aborigen de la isla, un espacio dedicado a preservar y difundir el patrimonio arqueológico y antropológico de las islas. Fundado en 1879, este museo es una puerta de entrada al pasado prehispánico de Gran Canaria, ofreciendo una visión detallada de la vida, costumbres y creencias de los aborígenes de Gran Canaria.

Las salas del museo están llenas de piezas que van desde cerámicas y herramientas hasta momias y esqueletos, cada una de las cuales ofrece una ventana a la vida cotidiana de los antiguos habitantes de la isla. El museo también destaca por su colección de cráneos trepanados, una práctica médica ancestral que evidencia el avanzado conocimiento de los aborígenes en cuanto a medicina y cirugía.

### Las Plazas de Vegueta, el corazón de la Vida Social

Vegueta es también conocida por sus plazas, que no solo son espacios de encuentro y recreo, sino también escenarios donde se han escrito muchas de las páginas más importantes de la historia de Las Palmas. **La Plaza de Santa Ana**, por ejemplo, es el corazón del barrio; flanqueada por la imponente Catedral de Santa Ana, las Casas Consistoriales, los palacios Regental y Episcopal, numerosas casas privadas y hoteles boutique.

La plaza es de un estilo claramente ecléctico (edificios neoclásicos, modernistas y del más puro clasicismo) que viene marcado por su devenir histórico y más concretamente por dos acontecimientos históricos:

1599. Ataque del pirata holandés Francis Drake que determinó la ocupación holandesa durante 10 días de la isla y que destruyó buena parte de su arquitectura y archivos.

1842. aparatoso incendio de las Casas Consistoriales que provocó la pérdida de su arquitectura original.

A ambos lados de la plaza emergen las palmeras, símbolo botánico de Las Palmas. Custodiando la Catedral aparecen los 8 perros de Santa Ana, posible regalo de o bien una familia británica o bien de un navegante francés, no se conoce el origen exacto; están esculpidos en hierro colado verde y se han convertido en todo un símbolo de Las Palmas.

Llama la atención la cantidad de placas de la plaza, alusivas a personajes y acontecimientos vinculados con la ciudad, siendo sin duda una interesante narrativa de su historia.

La fachada de la Catedral actual es neoclásica, aunque se proyectó gótica; aún sin terminar, los acontecimientos sociales y económicos de la isla han determinado su estilo ecléctico y que aún esté sin concluir; levantada en piedra de cantera gris, identificada popularmente como basalto canario, es uno de los emblemas de la ciudad.

Otra plaza destacada es la **Plaza del Espíritu Santo**, un rincón más íntimo y recogido, donde se puede apreciar la belleza de una fuente central rodeada de vegetación y edificios de estilo canario. Este lugar es ideal para una pausa durante un recorrido por el barrio, ofreciendo un respiro en medio de la riqueza histórica y cultural de Vegueta.

Para el viajero curioso, Vegueta y Triana ofrecen una oportunidad única de sumergirse en el alma de Las Palmas de Gran Canaria, de descubrir los secretos que guardan sus muros y de conectar con una parte esencial de la historia y la cultura de las Islas Canarias.

Plaza del Espíritu Santo





Castillo de Perpignan

# Perpiñán

## Fusión Perfecta de Naturaleza y Cultura

Fotos y texto: Jose A. Muñoz

**P**erpiñán es la capital del departamento francés de los Pirineos Orientales, la cuarta ciudad más poblada de la región de Occitania y capital histórica de la antigua región del Rosellón que existió desde 1659 hasta la Revolución Francesa en 1790.

Perpiñán ha sido un cruce de caminos donde se entrelazan las culturas catalana y francesa. El Rosellón, fue durante siglos un territorio disputado, lo que contribuyó a la singularidad de su identidad. Perpiñán destacó como parte del Reino de Mallorca (El Reino de Mallorca incluía no solo las Islas Baleares, sino también territorios en la península como los condados del Rosellón, la Cerdaña o el señorío de Montpellier entre otros territorios; aunque los Reyes de Mallorca los gobernaban, estaban subordinados al Reino de Aragón). Este contexto histórico ha dotado a Perpiñán de un carácter único, donde la influencia catalana es palpable en cada rincón, desde su arquitectura hasta su gastronomía y tradiciones.

Con una historia profundamente arraigada y un patrimonio cultural que refleja una mezcla de influencias, Esta posición privilegiada no solo la convirtió en un centro político y administrativo crucial durante la Edad Media, sino que también dejó una huella duradera en su arquitectura y tradiciones. A continuación realizaremos un recorrido por algunos de sus monumentos más emblemáticos, cada uno de los cuales cuenta una parte de la fascinante historia de Perpiñán.

Patio del Museo Rigaud



## El Castillo

Es quizás el monumento más icónico de Perpiñán. Originalmente construido en 1368 por el rey Pedro IV de Aragón como parte de las murallas defensivas de la ciudad, fue transformado en una fortaleza bajo el reinado de Luis XI en el siglo XV. Esta imponente estructura de ladrillo rojo, que combina el estilo gótico con elementos de fortificación militar, sirvió durante siglos como puerta de entrada a la ciudad y más tarde como prisión. Hoy en día, alberga el Museo Catalán de las Artes y Tradiciones Populares, donde se puede explorar la rica cultura de la región.

## Palacio de los Reyes de Mallorca

Este palacio es un testimonio impresionante del período en que Perpiñán fue parte del Reino de Mallorca en el siglo XIII; fortificado y construido en estilo gótico, fue la residencia de los reyes de Mallorca hasta que el reino fue incorporado a la Corona de Aragón. Situado en una colina que domina la ciudad, el palacio ofrece vistas espectaculares y es un ejemplo del esplendor y la influencia de la monarquía mallorquina en la región. Los visitantes pueden recorrer sus patios, salas y capillas, que conservan el aura de la corte medieval.



Interior del Palacio de los Reyes de Mallorca



# PERPIÑÁN

## Catedral de San Juan Bautista

Es otro de los tesoros arquitectónicos de Perpiñán. Su construcción comenzó en 1324 bajo el impulso del rey Sancho I de Mallorca y se completó en el siglo XV. La catedral es un magnífico ejemplo del gótico meridional, con su única nave de gran amplitud, altos arcos y capillas laterales. En su interior, se encuentran valiosas obras de arte, incluyendo un retablo barroco impresionante y un órgano monumental. El campanario de la catedral es también notable, añadiendo una nota de verticalidad al paisaje urbano.

## La Lonja del Mar

Es una antigua lonja construida en el siglo XIV que refleja la importancia de Perpiñán como centro del comercio mediterráneo. Este edificio gótico era el lugar donde se regulaban las actividades comerciales y mercantiles de la ciudad. Con su fachada decorada y su estructura elegante, la Loge de Mer es un recordatorio del dinamismo económico de Perpiñán en la Edad Media y el Renacimiento. En la actualidad, es un lugar de exposiciones y eventos culturales, que sigue vivo en la vida de la ciudad.

## El Museo Rigaud

Ubicado en el corazón de la ciudad, es una joya cultural que alberga una rica colección de arte, que abarca desde la Edad Media hasta el siglo XX. Este museo es particularmente conocido por su enfoque en los artistas catalanes y su destacada colección de obras de Hyacinthe Rigaud, pintor de la corte de Luis XIV y oriundo de Perpiñán. Además, el museo cuenta con una notable selección de obras de arte moderno, incluyendo piezas de artistas como Pablo Picasso y Aristide Maillol, lo que lo convierte en un punto de referencia esencial para los amantes del arte.

Tras esta visita cultural por la ciudad, el otoño en Perpiñán es una época mágica para disfrutar de la naturaleza, con sus paisajes teñidos de tonos dorados y un clima fresco que invita a explorar la ciudad en contacto con la naturaleza.

Como sugerencia os proponemos dos rutas para esta temporada: **el Circuito de los Viñedos de Roussillon** y **el Paseo por la Reserva Natural de Mas Larrieu**. Ambas rutas son ideales para sumergirse en la serenidad y belleza del otoño en esta región del sur de Francia.

Catedral de San Juan Bautista







Céntrica calle de Perpignan  
Curiosos parasoles  
Interior de la Catedral  
Sala del Museo Rigaud





### El Circuito de los Viñedos de Roussillon

Es una ruta ciclista de 45 km, de dificultad media, que parte de Perpiñán y recorre la región vinícola de Roussillon. A lo largo del trayecto, se atraviesan viñedos y aldeas pintorescas como Canet-en-Roussillon y Villeneuve-de-la-Raho, con vistas a los Pirineos y al Mediterráneo. La ruta puede dividirse en varias etapas para disfrutar de bodegas locales y catas de vino en un ambiente relajado.

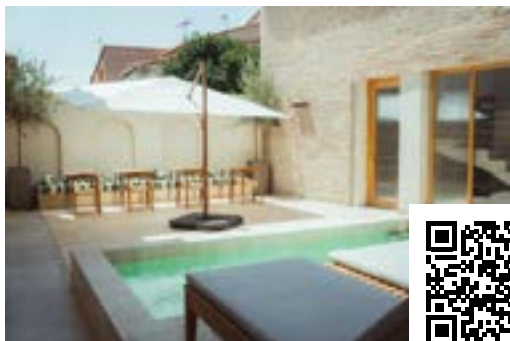
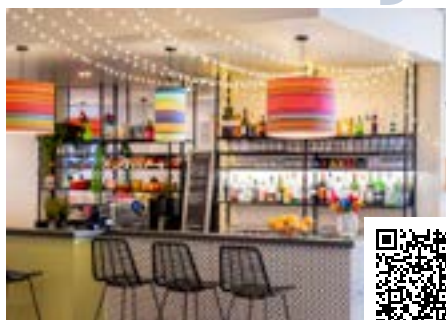
### Ruta por la Reserva Natural de Mas Larrieu

Es un circuito de 8 km, de dificultad baja, ideal para una caminata familiar relajada cerca de Perpiñán. La ruta atraviesa una reserva natural con dunas, marismas y bosques ribereños, ofreciendo la oportunidad de observar aves y plantas autóctonas. El sendero, bien señalizado y accesible para todos los niveles, es perfecto para una excursión tranquila. Al finalizar, se puede acceder a las playas cercanas, ideal para un baño en el Mediterráneo en los meses cálidos.



# Consejos para el viaje

**Ibis Styles Perpignan Centre Gare:** es un hotel moderno y funcional, ubicado en el centro de Perpiñán, cerca de la estación de tren y el centro histórico. Sus 102 habitaciones, aunque compactas, están bien equipadas con aire acondicionado, Smart TV y Wi-Fi gratuito, lo que las hace ideales tanto para viajeros de negocios como para turistas. El hotel incluye un desayuno buffet en la tarifa y cuenta con instalaciones como un bar, área de juegos para niños y un espacio de coworking, destacándose por su excelente relación calidad-precio.



**Maison Gaïa Hôtel & Spa:** es un hotel boutique recién inaugurado en Torrelles, cerca de Perpiñán, que ofrece una experiencia de lujo en un ambiente tranquilo. Cuenta con piscina al aire libre, spa y terraza, y las habitaciones están decoradas en un estilo moderno y cálido, equipadas con comodidades como Smart TV, minibar, Wi-Fi gratuito y cafetera Nespresso. Ofrecen un desayuno buffet con opciones locales y saludables, siendo una opción ideal para explorar los alrededores de Perpiñán.

**Restaurante L'Osмосe:** ofrece una cocina saludable y cuidadosamente preparada, con un enfoque en la excelencia y la selección meticulosa de los productores. El menú de temporada se renueva cada quince días, garantizando una experiencia culinaria fresca y variada. Siempre se presentan tres opciones: carne, pescado del Mediterráneo y un menú vegetariano, además de las sugerencias del chef, que se elaboran según la disponibilidad de productos en el mercado.



**Casa Sansa:** es un histórico restaurante en Perpiñán, reconocido por ser uno de los más antiguos de la ciudad y por su dedicación a preservar la auténtica cocina catalana, combinada con los sabores tradicionales de la gastronomía regional francesa. El restaurante se ha consolidado como un referente gastronómico utilizando recetas ancestrales y productos locales de alta calidad.

**Les Halles Vauban:** en Perpiñán es un mercado cubierto que destaca por la mezcla de tradición y modernidad. Ofrece una amplia variedad de productos frescos locales, como frutas, verduras, carnes y quesos artesanales. Además, es un lugar ideal para disfrutar de la gastronomía local, con puestos que ofrecen platos preparados y tapas para degustar en el sitio. Es un punto de referencia para quienes buscan experimentar la auténtica esencia culinaria de la ciudad.





# INDONESIA

## Recuerdos de un viaje

Por: Nacho Muñoz y Ana Gutiérrez

**N**uestro viaje por Indonesia fue inolvidable, lleno de paisajes impresionantes y una diversidad cultural que nos dejó asombrados. Comenzamos en Yogyakarta, en la Isla de Java, una joya menos conocida que Bali o Komodo, pero con una riqueza cultural que merece ser descubierta. Los templos majestuosos de Prambanan y Borobudur son visitas imprescindibles que nos transportaron a épocas ancestrales. El amanecer con vistas al Monte Merbabu, donde los primeros rayos del sol bañaban el paisaje, es solo un ejemplo de la belleza sublime de Indonesia.

Desde Yogyakarta, hicimos una escapada al Monte Bromo, una experiencia que nos dejó sin aliento. Ver cómo la niebla se disipa lentamente al amanecer, acompañado por el calor del sol que emerge tras los volcanes, mientras sostienes una taza de café, es uno de esos momentos que se graban en la memoria para siempre. Luego, volamos a la mágica isla de Bali, donde los templos como Pura Ulun Danu Bratan y la icónica Handara Gate, junto con los exuberantes bosques llenos de monos, hacen de esta isla un lugar único y lleno de encanto.

Después de explorar a fondo, nos relajamos en las paradisíacas playas de las islas Gili, accesibles solo por barco, donde el buceo y el snorkel nos ofrecieron la oportunidad de nadar junto a tortugas y explorar arrecifes de coral multicolores.

Lombok, nuestra siguiente parada, nos sorprendió con su naturaleza virgen, dominada por imponentes cascadas y majestuosos volcanes. Aunque esta isla ha sido golpeada por terremotos, su belleza natural permanece intacta, siendo un testimonio de la resiliencia de la naturaleza.

Finalmente, llegamos a la Isla de Komodo, famosa por sus impresionantes dragones y el Parque Nacional. Las excursiones en barco a Pulau Padar, con sus icónicas playas de arena rosa, son una experiencia que simplemente no se puede perder. Indonesia es un destino donde llevar una batería extra es esencial, ya que cada rincón de su paisaje parece sacado de una postal, ofreciendo vistas que difícilmente se pueden capturar en una sola visita.



4

5



6



7

- 1.- Parque Nacional Bromo Tengger Semeru / Isla de Java
- 2.- Pura Ulun Danu Bratan / Bali
- 3.- Taman Wisata Candi Prambanan Yogyakarta
- 4.- Amanacer en el monte Merbabu Isla de Java
- 5.- Pulau Padar / Komodo
- 6.- Arrozales de Bukit Cinta/ Bali
- 7.- Atardecer en la playa Gili Trawangan



Monkey Forest / Bali  
Tortuga en libertad / Gili Trawangan



Handara Gate / Bali





Puesta de sol / Isla de Komodo

Cascada Sendang Gile / Parque Nacional del Volcán  
Gunung Rinjani, Lombok



Estatua en Pura Ulun Danu Bratan / Bali



Dragón de Komodo en libertad  
Taman National Komodo





# Albarracín

Texto: Rosario Alonso Fotografía: Jose A. Muñoz



Sobre un espolón rocoso, estrecho, alargado y con forma de medialuna, se alza este pueblo turolense, probablemente uno de los más bonitos de España. Delimitado, en sus tres cuartas partes por el río Guadalaviar que arrulla la villa formando un meandro, y una muralla medieval del siglo XIV que protege el resto de su perímetro, lo primero que sorprende es el color rojizo de todo el pueblo; se trata del aljez rojo o yeso rojo, que se extrae de dos tipos de arcilla con alta concentración de hierro, que se obtiene de una cantera local y que es de uso obligatorio para construir o reformar; solo hay una "romántica excepción "de la que hablaremos más tarde.

Antes de seguir recorriendo sus calles hay que hacer una parada en su historia.

Cuando el Califato de Córdoba comienza a fragmentarse, la familia bereber de los Banu Razin convierten Albarracín en una Taifa o reino independiente y le concede el nombre de "Al-Banu Razin" o ciudad de los hijos de Razin. Dos siglos después, los musulmanes ceden el reino a la familia cristiana de los Azagra, cesión y no conquista en 1170, de linaje navarro que la retendrían durante un siglo más con soberanía propia y sus propios Fueros (La Casa de la Comunidad, del siglo XVI y sillar de piedra es la guardiana de los Fueros), no sin presiones de los reinos de Aragón y Castilla. Una paradita para recordar que uno de los Azagra se desposó con Isabel de Segura y el final de la historia nos remite a la más celebre de las historias de amor de Teruel "Los amantes de Teruel" cuyo final todos conocemos. Volvamos a la historia; la conquista de Albarracín por la Corona de Aragón no se producirá hasta 1238, con Pedro III de Aragón tras un año de asedio; la accesibilidad era difícil, además de la muralla física estaba la natural que era el río Guadalaviar. Pese a su conquista Pedro III tuvo que firmar el respeto a los Fueros de Albarracín que, aunque sorprenda, de alguna manera y sobre alguna materia siguen vigentes. Albarracín podría definirse como una villa medieval cuyas casas conforman un entramado de callejuelas, en permanentes cuestas, con pasadizos y escalinatas por doquier.



Las bases de las casas, es decir sus primeras plantas, son muy estrechas, ganándose superficie en cada altura siguiente, ampliándose así un poco más la vivienda en cada tramo. Por todo ello, las casas son oscuras, llegando casi a juntarse en las últimas plantas. Es difícil decir dónde termina una casa y empieza la siguiente.

Todo es fotografiable, desde los llamadores de las puertas con formas de dragón o cerraduras con la Virgen del Pilar, los balcones y ventanas forjados, alerones que sobresalen de los tejados, tanto como pudiente es su propietario, con curiosos dibujos tallados, curiosos balcones esquinados tentando al equilibrio; también es llamativa la ausencia de casas nobles, no hubo nobleza y sí una importante burguesía (la Casa de los Monterde);

**Albarracín  
es un pueblo  
medieval de  
calles estre-  
chas y casas  
rojas, donde  
la historia y la  
cultura mudéjar  
y cristiana se  
entrelazan en  
su arquitectura  
y tradiciones**

## ALBARRACÍN - TERUEL

la competición es en busca de la más irregular (que es la casa de la Julianeta) y siempre de color rojizo que va tonificándose según la luz del sol.

Albarracín está repleto de miradores y rincones con mucho encanto por doquier; desde su plaza Mayor las vistas son a los restos de la Alcazaba y a su catedral; en ella está su ayuntamiento del siglo XVI con forma de herradura que en el pasado también tuvo la función de cárcel.

En el siglo XIV comienza el crecimiento de la ciudad, también de esta época es su muralla, pero siempre lo hará hacia la montaña, para así proteger su flanco norte. Las calles hacia arriba conducen a la muralla y hacia abajo al río. Dos torres de vigilancia asoman en lo alto, la de Doña Blanca y la del Andador.

La única casa de Albarracín que no es roja es de color azul añil, y como casi todo en la provincia de Teruel tiene su propia leyenda romántica. Allá por el siglo XVIII la familia Navarro de Arzuriaga (una de las más poderosas de la villa cuya actividad económica principal era la ganadería con practica de trashumancia incluida), en uno de esos viajes con el ganado, uno de sus miembros, un apuesto joven quedó prendado de una bella joven andaluza con la que se casó; el matrimonio fijó su residencia en Albarracín y la joven pese a ser la dueña de la casona más importante de la villa, añoraba su Andalucía natal, sus colores y sus patios. Su enamorado esposo puso todo su

Casa de la familia Navarro de Arzuriaga



empeño en que su amada fuera feliz y le pintó la casa de azul e incluso le puso un patio andaluz. Eso es amor.

El estado de conservación de Albarracín es impresionante, así como el respeto a las normas de edificación y rehabilitación del conjunto arquitectónico que es la villa; y esta realidad es el resultado de la impagable labor de la **Fundación Santa María de Albarracín**, que comienza en 1995 como escuela-taller y que con fondos europeos y varios sponsors ha formado en estos años a un numeroso grupo de restauradores del patrimonio cultural de Albarracín. No es solo formación la que reciben, y muy variada pues hay albañiles restauradores, restauradores de pinturas, murales, libros, arqueólogos, etc., también establecen normas o directrices únicas para su realización, sino que, además y muy importante, se ocupan de dar contenido cultural a lo restaurado. Tal vez sus más importantes restauraciones han sido la del Palacio Episcopal y la de la **Catedral del Salvador de Albarracín**, esta última ha sido impresionante pues ha durado 10 años, inaugurándose en 2016 y siendo valorada como muy purista, habiéndose encontrado, además, importantísimos hallazgos.

Posiblemente está ubicada donde estuvo la antigua mezquita principal de Albarracín. La mezquita se consagra como templo cristiano, tras la cesión de Albarracín a la familia Azagra. El 16 de agosto del año 1200 se inaugura la primera catedral, un templo románico sobrio. En el siglo XVI se lleva a cabo su conversión en un templo de estilo gótico-renacentista de nave única con capillas en todos sus contrafuertes cubiertas todas ellas por bóvedas de crucería estrelladas. Es llamativo, que por la orografía de Albarracín los contrafuertes están colgados sobre el río, así como el coro también está volado (como mejor se aprecia es a través de un paseo fluvial) y es por la necesidad de ganar espacio como sea.

Molduras, pilastras y los arcos de las capillas se realizan en el siglo XVIII. La llegada del siglo XIX supone "destruir artísticamente" la catedral pues se cubre de una pintura gris que tapa toda la obra original creada durante siglos.

Es precisamente la labor que llevó a cabo la Fundación Santa María, una tarea que se tardó 10 años en realizar pero que pone al descubierto su extraordinario valor.

La Catedral del Salvador no es ostentosa, más bien es humilde porque su obispado nunca tuvo mucho dinero, pero supo suplir la falta de éste con mucha solvencia.

Los zócalos no son mármoles, es pintura que imita mármol (pintura marmolizada); su interior está repleto de trampantojos muy originales y artísticos.



Altar Mayor y Retablo de la Catedral

La joya de la catedral es el “Retablo de San Pedro” de su Altar Mayor (siglo XVI-renacentista) y hasta en él se puede ver el ingenio de sus artistas, pues todo el conjunto está realizado en pino rodeno, de bajísima calidad que crece entre areniscas y cuya madera es muy débil y con muchos nudos; como estos suelos contienen mucho hierro su color es rojizo. Cada escena del retablo es un tronco de pino que se ha trabajado de fuera hacia dentro; las piezas son sublimes y nos pueden parecer de mármol.

Conviene aquí recordar que hasta 2010 Albarracín ha vivido de los aserraderos de madera pues los Montes Universales, donde nace el río Tajo son grandísimas extensiones de pinar.

La escena central del Retablo es la **“Transfiguración del Salvador en el monte Tabor”** que no se policromó hasta 98 años después, hasta que un obispo ilustrado, Fray Pedro Tris, aportó de manera privada el dinero necesario.



## ALBARRACÍN - TERUEL

Algunas de sus capillas son:

### Capilla de Santa Ana

Es una mezcla de estilos arquitectónicos con mucho del siglo XVI. Los sillares son románicos, de la primera catedral. El retablo es neoclásico del siglo XIX. Las columnas vuelven a ser de pino y no de mármol.

### Capilla del Pilar

Para los que dudan si es o no la Virgen del Pilar, un recordatorio, tres son los detalles: que se alce sobre un pilar; que el niño agarre el manto de su madre; y que el niño lleva en la mano la paloma del Espíritu Santo. Esta capilla pertenece a los siglos XVII-XVIII.

### Capilla del Bautismo

En ella se han encontrado los restos más antiguos de la catedral, de finales del siglo XV, de estilo gótico-flamenco. El bautismo era por inmersión y se cree que la pila bautismal es del siglo XIV.

### Capilla de las Almas

De esta capilla que antes de la restauración era una especie de trastero, que daba acceso al claustro y que en algún momento fue tapiado, se ha recuperado su suelo original, así como unas pinturas-murales del siglo XVI realizadas con una técnica conocida con el nombre de "grisalla" que



- 1.- Capilla del Pilar
- 2.- Capilla de Sta. Ana
- 3.- Capilla de las Ánimas
- 4.- Vista de la nave central y el Coro
- 5.- Vista de la torre de la Catedral





4

simulan esculturas (otro trampantojo) y representa escenas de la vida de Cristo. También cuenta con una bóveda vaída de estilo italiano que, aunque imita granito, es yeso.

Esta era la capilla de los ganaderos.

#### **Capilla de la Circuncisión**

Los muros están cubiertos de pinturas murales de tonalidades monocromas que hasta la restauración eran completamente desconocidas.

Del claustro destacamos que fue descubierto hasta mediados del siglo XVII, pero se cubrió por el deterioro que venía sufriendo por las inclemencias meteorológicas; tal vez lo más llamativo sean sus óculos de alabastro.

Aún sin terminar su restauración, pues queda la cripta y alguna estancia más, se puede decir que, aunque sobria y humilde es un magnífico ejemplo de cómo el arte no precisa necesariamente de materiales nobles para su ejecución.

5





Pueblos con Encanto

# Mogarraz

**Un retrato vivo en  
la Sierra de Francia**

Texto: Rosario Alonso Fotografía: Jose A. Muñoz



**E**n el corazón de la Sierra de Francia, en la provincia de Salamanca, se encuentra Mogarraz, un pueblo que parece detenido en el tiempo, rodeado por el verde profundo de los castaños y los cerezos que cubren las laderas de las montañas. Este pequeño rincón de España, declarado Conjunto Histórico-Artístico, es un destino que cautiva a todos aquellos que buscan un lugar donde la historia, la cultura y la naturaleza se entrelazan en un mosaico de belleza y tradición.

Mogarraz es mucho más que un pueblo; es un retrato vivo de su gente, una galería al aire libre donde cada casa cuenta una historia y cada rincón revela un fragmento del alma serrana. En sus calles estrechas y empedradas, el visitante se siente transportado a una época pasada, donde las costumbres y la arquitectura han resistido el paso del tiempo, conservando una autenticidad que hoy es difícil de encontrar.

Proliferan las casas con entramados de madera, grandes alerones en los tejados y el trazado irregular de sus calles, pero también es visible un estilo de construcción que no se da en otras poblaciones cercanas de la Sierra de Francia; un mayor empleo del granito en la construcción, el uso de callejones o pasadizos para unir espacios enrevesados, o escaleras que trepan desde la calle hasta alcanzar la puerta de entrada a la vivienda.

## La historia que susurra en cada piedra

La historia de Mogarraz es la de un pueblo que ha sabido mantener su identidad a lo largo de los siglos. Fundado en el siglo XI por repobladores mozárabes, el trazado de sus calles y la arquitectura de sus casas reflejan el legado de sus primeros habitantes, quienes dejaron una impronta que aún perdura. Las casas de Mogarraz, con sus fachadas de piedra y entramados de madera, son testigos de una historia rica y compleja, donde la influencia musulmana se mezcla con la tradición castellana. Al igual que en otras poblaciones vecinas, su casco urbano se desenreda hacia arriba o hacia abajo a partir del eje que constituye su calle principal. Un eje cuyo paseo podría comenzarse a las afueras, en el Calvario del siglo XVII, para hilvanar después rincones como los que protagonizan la Ermita del Humilladero y su Cruz de los Judíos, la fuente Cabaldea, la iglesia o la plaza del Ayuntamiento.

Una de las características más singulares de Mogarraz es la presencia de retratos en las fachadas de muchas de sus casas. Estas pinturas, que representan a los habitantes del pueblo, fueron realizadas por el artista local **Florencio Maílo**, a partir de fotografías tomadas en 1967 por el fotógrafo Alejandro Martín. Este proyecto, conocido como "Retrata2/388," es un homenaje a los vecinos de Mogarraz y un recordatorio de que este pueblo es, ante todo, un lugar habitado por personas con historias y raíces profundas.



Pasear por Mogarraz es como caminar por una galería de arte viviente, donde cada retrato cuenta una historia de esfuerzo, esperanza y perseverancia.

## Cultura y tradiciones que laten en cada rincón

La cultura en Mogarraz es un reflejo de la vida en la Sierra de Francia, una región donde las tradiciones han sido preservadas con esmero a lo largo del tiempo. Aquí, las festividades religiosas y populares tienen un significado especial, pues no solo celebran la fe, sino también la comunidad y la identidad del pueblo.

Las fiestas de San Blas y San Antonio, que se celebran en febrero y junio respectivamente, son algunos de los momentos más esperados por los mogarreños. Durante estas festividades, las calles del pueblo se llenan de color y alegría, con procesiones, bailes y música que reflejan el profundo sentido de pertenencia de los habitantes. En estas fiestas, la cultura serrana se vive en su máxima expresión, con trajes tradicionales, danzas autóctonas y una gastronomía que deleita los sentidos.

La artesanía es otra faceta importante de la cultura de Mogarraz. En la Casa de las Artesanías, también conocida como Museo Etnográfico, los

visitantes pueden descubrir la riqueza de los oficios tradicionales que han sido transmitidos de generación en generación. Este espacio es un verdadero tesoro cultural, donde se exhiben piezas de cerámica, bordados, cestería y trabajos en cuero y hasta filigranas en plata, que reflejan la destreza y la creatividad de los artesanos locales. Sin duda es el lugar perfecto para conocer los motivos y colores de los bordados serranos que no son los mismos en todos los pueblos que abarcan la comarca de la Sierra de Francia.

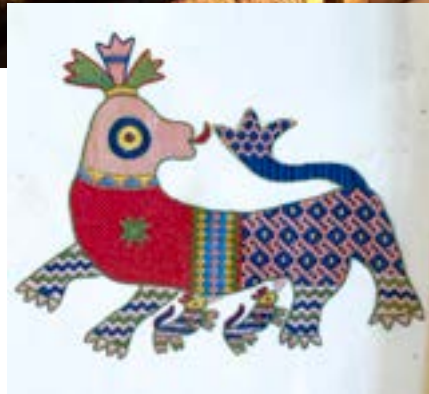
El museo no solo es un lugar de exposición, sino también un espacio de aprendizaje y preservación



de las técnicas tradicionales. Aquí, los visitantes pueden conocer de cerca los procesos de elaboración de los productos artesanales, e incluso participar en talleres donde se enseñan estas antiguas habilidades. La Casa de las Artesanías es, sin duda, un punto de encuentro entre el pasado y el presente, un lugar donde la historia cobra vida a través de las manos de los artesanos que mantienen vivas las tradiciones de Mogarraz.

### Un ambiente que invita al sosiego

El ambiente en Mogarraz es sereno y acogedor, una invitación al descanso y la reflexión en medio de un entorno natural de extraordinaria belleza. Rodeado por el Parque Natural de Las Batuecas-Sierra de Francia, el pueblo es un punto de partida ideal para explorar los paisajes que caracterizan esta región.



La Casa de las Artesanías y bordados; Dragón y Paloma o pájara

Plaza Mayor de Mogarraz





Los senderos que parten de Mogarráz se adentran en bosques frondosos, cruzan arroyos cristalinos y suben hasta miradores desde donde se puede contemplar la inmensidad de la Sierra de Francia.

Uno de los recorridos más populares es el que lleva al cercano Santuario de Nuestra Señora de la Peña de Francia, un lugar de peregrinación situado a más de 1.700 metros de altitud. Desde la cima, las vistas son impresionantes, abarcando un vasto horizonte de montañas y valles que se pierden en la distancia. Este santuario, dedicado a la Virgen de la Peña de Francia, es un lugar de gran devoción, y la caminata hasta allí es una experiencia espiritual en sí misma, donde el paisaje y la fe se fusionan en una comunión con la naturaleza.

Pero el ambiente en Mogarráz no solo se vive en la naturaleza; también se siente en las pequeñas cosas, en la conversación tranquila con los vecinos, en el aroma de los guisos caseros que se escapan de las cocinas, en el sonido de las campanas que marcan el paso del tiempo. Es un lugar donde la vida se toma con calma, donde cada momento se saborea, y donde el visitante puede desconectar del ritmo acelerado del mundo exterior para reconectar con lo esencial.

Visitar Mogarráz es una experiencia que deja una huella imborrable. Este pequeño pueblo serrano, con su riqueza histórica, su vibrante cultura y su entorno natural, ofrece un refugio para el viajero que busca algo más que un simple destino turístico. Aquí, cada calle, cada casa y cada mirada revela una historia, una conexión profunda con la tierra y con la comunidad que la habita.

En Mogarráz  
cada calle,  
cada casa, y  
cada rincón  
te conectan  
profundamente  
con la tierra y la  
historia viva de  
sus habitantes



El Calvario





# eco destinos Zadar

**Texto:** Kiara Hurtado - [kiara.hurtado.prensa@gmail.com](mailto:kiara.hurtado.prensa@gmail.com) - **Instagram:** [kiarah.99](https://www.instagram.com/kiarah.99)

**Fotografía:** De Luca (Pexels) - Restaurante Kaštel - Hotel Bastion

Foto: El mar dálmata en Zadar, Croacia © De Luca (Pexels)

Siguiendo  
los pasos  
de una  
aventura  
apasionante  
en el Mar  
Dálmata

**P**ara quienes estén en busca de conexiones profundas e historias fascinantes, el primer paso será arribar lo más cerca posible del Mar Dálmata, en localidades con encanto como Zadar, donde el canto de sus aguas tienen la estratégica perfecta para dejar que sus turistas se dejen llevar por el momento para vivir una aventura sin precedentes.

En los últimos años, Croacia se ha convertido en el anhelado destino de los turistas amantes del verano, la diversión y la buena vida, gracias a la diversa propuesta que el país ofrece. Si bien durante la temporada estival ciudades como Split o Dubrovnik gozan de popularidad, el país alberga otros enclaves como Zadar, donde es posible vivir una experiencia más calmada, romántica y sobre todo, sostenible, en cualquier época del año.

Zadar es una pequeña localidad en el centro-oeste de Croacia, que resplandece con su paz desde la región costera de Dalmacia. Estratégicamente, tiene muy buenas conexiones y vuelos directos con las principales capitales europeas y su encanto combina la autenticidad local, la historia y un interesante turismo ligado al respeto por sus entornos naturales.

Cuando empecemos a descubrir este nuevo destino, lo ideal será siempre iniciarlo por el centro histórico, en Zadar, las calles son una mezcla de diferentes épocas y culturas. Los visitantes encontrarán rastros de las antiguas calles romanas, por lo que estando aquí es muy recomendable visitar la Iglesia de San Donato del siglo IX, y admirar las murallas de la ciudad, que son Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. En el mismo cuadrilátero, a orillas del mar, el Órgano Marino es otro de sus atractivos emblemáticos, cuyo diseño es una obra ecológica llevada a cabo gracias al arquitecto Nikola Bašić. Lo llamativo de esta instalación es que transforma las olas del mar en música, ofreciendo una experiencia auditiva única y relajante, más aún en las formidables puestas de sol. Así, el único peligro del canto de sus mares es que sus misteriosas melodías te inviten a enamorarte de lo que está enfrente. Por su parte, el Saludo al Sol, es un círculo de paneles solares que se iluminan al atardecer, creando un espectáculo de luces que refleja la belleza natural de la puesta de sol en el Adriático, una innovadora creación que combina la integración de la naturaleza y la tecnología sostenible. Los amantes de los atardeceres, agradecemos infinitamente y por partida doble, la experiencia de vivir estas tardes mágicas.

Ya que estamos en la costa, las playas de Zadar serán un plan infalible. Sus aguas cristalinas son perfectas para nadar, hacer snorkel o simplemente relajarse al sol. La ciudad alberga pequeñas playas y muy cerca de la ciudad donde es un placer dejarse llevar por la calma de sus aguas. La playa de Kolovare es la más cercana al centro y es ideal para pasar un día tranquilo disfrutando del mar.

Zadar es un excelente punto de partida para conocer algunas islas de ensueño tales como Kornati, Telascica o Sakarun. Durante el verano, hay diversos tours que ofrecen este recorrido por las islas, ya sea en grupos grandes o privados. Sin duda, merece mucho la pena pasar un día descubriendo las profundidades de sus mares y, por supuesto, bañándose en sus aguas saladas. Por otro lado, si queremos explorar aún más en la naturaleza en tierra, desde Zadar también es muy fácil llegar a parques nacionales cercanos, como el Parque Nacional de Plitvice, conocido por sus impresionantes cascadas y lagos turquesa o el Parque Nacional de Paklenica, un paraíso para los amantes del senderismo y la escalada.





1

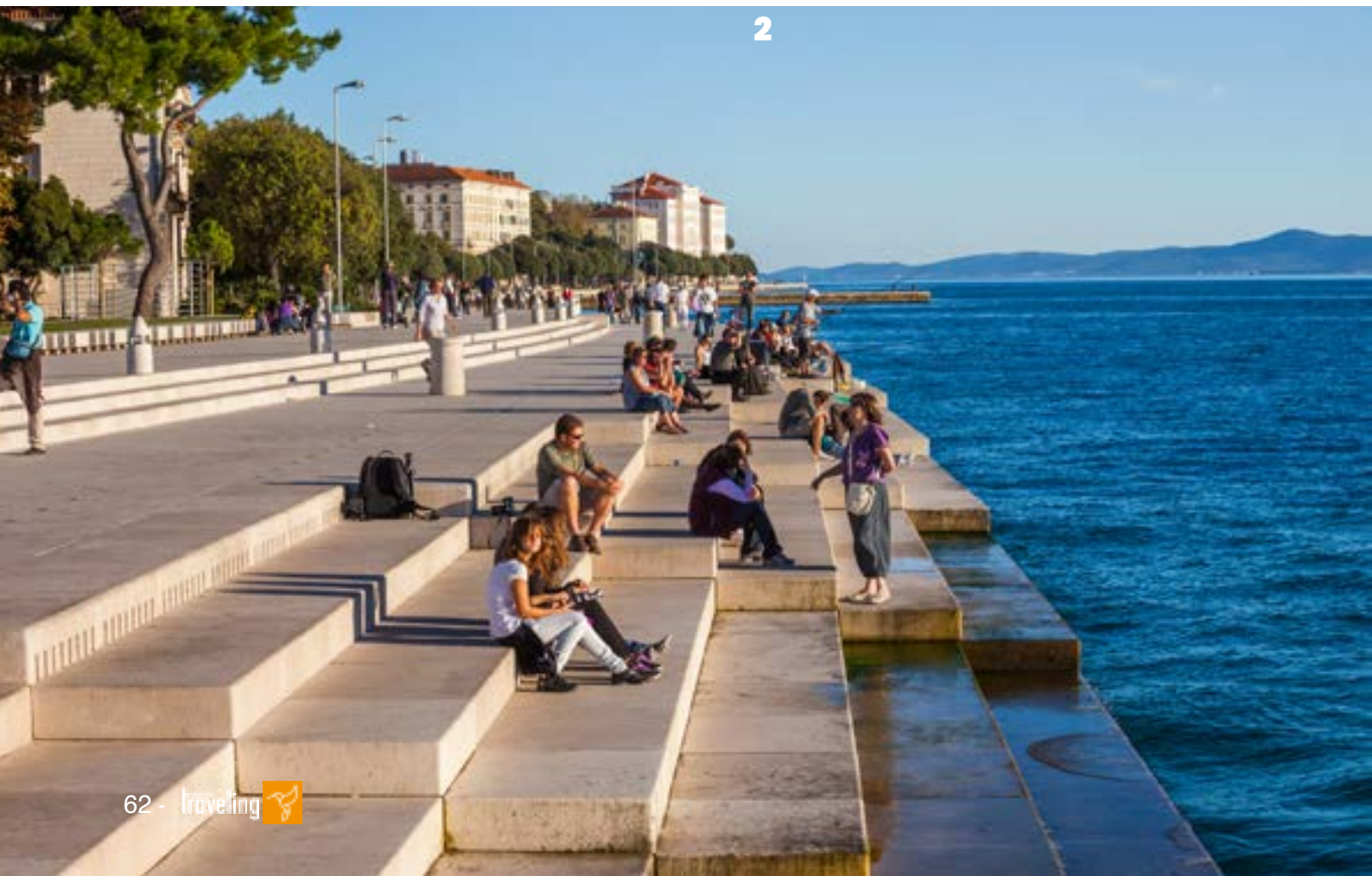
### ¿A qué sabe Croacia ?

La gastronomía no puede ser indiferente a la hora de vivir la experiencia croata en todo su esplendor, siendo Zadar un excelente punto gastronómico con tacto local, potenciado por la frescura de sus productos de primera mano, tales como: mariscos, aceites de oliva y vinos de la región.

Los visitantes podrán encontrar excelentes opciones en los mercados locales y también en la mayoría de restaurantes familiares del centro histórico. No obstante, para quienes busquen elevar la experiencia a otro nivel, una parada obligatoria es el restaurante Kaštel, ubicado en el Hotel Bastion, distinguido por la firma hotelera sostenible Relais & Chateaux.

El restaurante y hotel está ubicado en los pintorescos restos de una fortaleza del siglo XIII y en sus interiores despliega una exquisita selección de platos basados en recetas tradicionales de Zadar. El Chef Marijo Čepek hace magia en cada mesa con una propuesta culinaria inspirada en la rica herencia de la cocina mediterránea.

- 1.- Saludo al Sol
- 2.- Órgano del mar
- 3.- Terraza de restaurante Kaštel
- 4.- Hotel Bastion, Relais & Châteaux



2

La experiencia gourmet se deleita a base de productos tradicionales como el queso, los mariscos y el aceite de oliva, donde el chef es el encargado de elaborarlos a la medida justa. En mesa, no hay nada mejor que dejarse recomendar, especialmente para el maridaje, ya que la casa cuenta con vinos locales muy atinados y de alta calidad. Kaštel tiene una trascendencia histórica y no solo es un punto fijo para turistas, sino también para los locales que estén deseando compartir un momento íntimo con alguien especial.



4

Relais & Chateaux tiene vigente una normativa proteccionista en la gastronomía, por lo cual ninguno de sus miembros en todo el mundo incluye a especies marinas en peligro en sus cartas. Situado justo enfrente de una bahía, el Hotel Bastion, ofrece también diversas opciones de alojamiento y relajamiento en sus instalaciones. Son solo 27 habitaciones y variadas opciones de relajación para huéspedes tales como spa, masajes y sesiones de belleza.

Zadar, es una Croacia íntima y palpitable, donde el ruido desaparece para hacer relucir la belleza de la calma, eso sí, sin dejar de lado la aventura, pues la intensidad de sus aguas cristalinas son capaces de irrumpir en las paredes de la sensatez, para invitarnos a vivir emociones profundas.

## Los rastros de un destino sostenible

**Creación de atractivos ecológicos:** Tal y como hemos mencionado, Zadar tiene como principales atracciones al Órgano Marino y el Saludo al Sol, dos diseños arquitectónicos alimentados por recursos renovables y de autoconsumo. Dentro del centro histórico, no hay acceso a coches ni taxis, por lo que invita al turista a descubrir el destino caminando o en bicicleta.

**Turismo cultural y educativo:** Al visitar Zadar, los turistas no solo disfrutan de una experiencia rica y diversa, sino que también contribuyen al desarrollo de un turismo que es respetuoso con el medio ambiente y las comunidades locales. El gobierno local promueve diversas iniciativas para proteger la biodiversidad marina y terrestre como parte integral de la estrategia de sostenibilidad de la región.

**Valor por los productos locales:** El apoyo a la producción y consumo de alimentos y vinos locales, ayuda a reducir la huella de carbono asociada con el transporte de mercancías y apoya a los agricultores y productores cercanos. Las casas de souvenirs ofrecen catas gratuitas de sus vinos y licores. Asimismo, la artesanía local tiene una particularidad penetrante, por lo que llevarnos cualquiera de estos recuerdos, será una excelente inversión para recordar la esencia croata, además de que apoyaremos a la economía local.

5





# Elizondo

## Un rincón mágico en el corazón de Navarra

Texto: Rosario Alonso - Fotografía: Jose A. Muñoz

**E**nclavado en el valle de Baztán, rodeado por montañas y bañado por las aguas del río Baztán, se encuentra Elizondo, un pequeño y encantador pueblo que parece sacado de un cuento. Ubicado en la Navarra más verde, Elizondo es la capital de este valle que, con sus paisajes bucólicos, historia rica y cultura arraigada, invita a los viajeros a descubrir su alma profunda y su encanto discreto.

Elizondo no es solo un destino, sino un lugar donde el tiempo parece detenerse, donde sus casonas de piedra, pintadas de blanco y rojo y balcones de hierro forjado cuajados de flores multicolor, cuentan historias de un pasado vibrante.

El río Baztan, río pirenaico de aguas transparentes, donde nadan las truchas, divide la villa en dos. Las casas se distribuyen a ambos lados de sus orillas, y el mejor mirador de este eje vertebrador es la presa de Txokoto. Detrás de la presa, surge una de las más bellas postales de Elizondo: sus bellas casas reflejadas en la superficie mansa del pequeño estanque que la precede al otro lado de la pequeña cascada artificial.

Aquí, las tradiciones permanecen vivas, y cada rincón del pueblo ofrece una invitación a explorar un legado cultural y natural que ha perdurado a lo largo de los siglos.

### Un paseo por la historia

La historia de Elizondo está entrelazada con la del valle de Baztán, un territorio que ha sido testigo de innumerables eventos históricos. Desde sus orígenes como asentamiento medieval, Elizondo ha sido un punto neurálgico para el comercio y la comunicación entre España y Francia. Su posición estratégica en la ruta del Camino de Santiago del Norte convirtió al pueblo en un lugar de encuentro para peregrinos, comerciantes y viajeros, un cruce de caminos donde las culturas se entremezclaron y dejaron su impronta.

El corazón de Elizondo es su casco antiguo, donde las calles empedradas serpentean entre casas solariegas que aún conservan escudos de armas en sus fachadas. Dos calles vertebran esta villa navarra, tal vez uno de los pueblos más bonitos de Navarra: La calle Jaime



Urrutia, en la que destacan las casas solariegas y los palacios construidos por los indianos, y la calle Braulio Iriarte, cada una en una margen del río Baztan. Esta última tiene un carácter más popular que histórico. En ella encontramos caseríos con huerto en la parte posterior.

Cada edificio tiene una historia que contar, desde el Palacio de Arizkunenea, una majestuosa mansión del siglo XVIII, de fachada señorial y estilo barroco, que ahora alberga un centro cultural, hasta la Iglesia de Santiago, del siglo XVI, en cuyo interior guarda un retablo dedicado al apóstol Santiago; un templo barroco que ha sido testigo del paso de generaciones de baztaneses y numerosos peregrinos.

La bellísima Plaza de los Fueros, lugar de encuentro de la población local, aparece presidida por su Ayuntamiento, que cómo no podía ser de otra manera en Elizondo, ocupa un bello edificio del siglo XVII donde se reúne la Junta General del Baztan, institución de origen medieval que gobierna todo el valle. En una esquina del edificio, una piedra o botillo es testigo del pasado, se trata de un homenaje al "juego de laxoa", la modalidad de pelota vasca más antigua.

Pero no todo en Elizondo está anclado en el pasado. El pueblo es también un lugar vibrante, con mercados semanales donde los productos locales, como el famoso queso de Baztán, las alubias rojas o las chistorras, se exhiben con orgullo. Estos mercados son un hervidero de vida, donde los colores, los olores y los sabores locales se mezclan, ofreciendo a los visitantes una experiencia sensorial inolvidable.



Ayuntamiento de Elizondo

Fachada de la Iglesia de Santiago



Palacio de Arizkunenea





## Cultura local: Una tradición viva

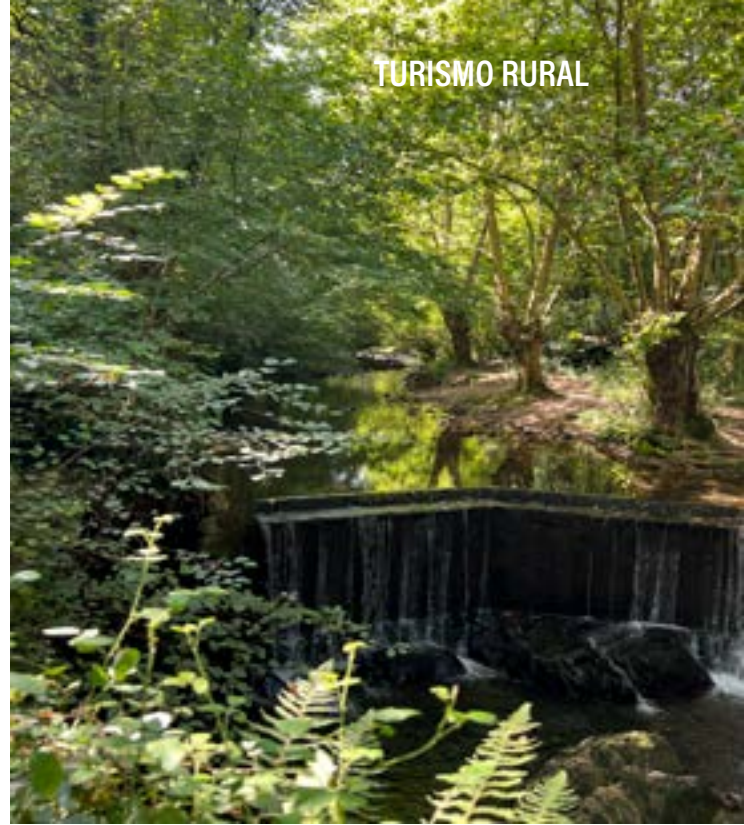
La cultura en Elizondo es un tesoro que se transmite de generación en generación, un reflejo de la identidad del pueblo y del valle de Baztán. Las tradiciones vascas están profundamente arraigadas en la vida diaria, y se manifiestan en las fiestas, la música, la danza y la gastronomía.

El Baztandarren Biltzarra es una de las festividades más importantes de Elizondo, una celebración que tiene lugar cada verano y que reúne a los habitantes de todo el valle en un día de desfiles, danzas tradicionales y competiciones deportivas. Esta fiesta es una explosión de alegría y color, donde se revive la esencia de la cultura baztanesa en su forma más pura.

La gastronomía también juega un papel central en la cultura de Elizondo. La cocina local, basada en productos frescos y de calidad, es una expresión de la tierra y del carácter de sus gentes. Platos como el cordero al chilindrón, las migas, o el bacalao a la vizcaína son verdaderas delicias que reflejan la riqueza y la diversidad de la tradición culinaria navarra.

**La naturaleza como refugio:** Ruta senderista de **Elbete-Elizondo** es, además, la puerta de entrada a un paraíso natural que se extiende más allá de sus límites. El valle de Baztán es un mosaico de verdes prados, frondosos bosques y montañas que invitan a la contemplación y al senderismo. Y uno de los mejores modos de experimentar la belleza natural de la zona es recorrer la ruta senderista que une Elizondo con el cercano pueblo de Elbete.

Esta ruta, que comienza en el corazón de Elizondo, es un sendero que transcurre entre paisajes idílicos, cruzando puentes de piedra sobre riachuelos cristalinos y serpenteando a través de bosques de robles y hayas que parecen sacados de un cuento de hadas. A medida que uno avanza, el murmullo del agua y el canto de los



pájaros acompañan al caminante, creando una sinfonía natural que invita a la meditación y al disfrute de la tranquilidad.

Elbete, con sus caseríos tradicionales y su ambiente rural, es un pequeño pueblo que parece haberse detenido en el tiempo. Aquí, la vida transcurre a un ritmo pausado, y el visitante puede deleitarse con la simple belleza de su entorno. Las vistas desde Elbete son impresionantes, con el valle de Baztán desplegándose en toda su magnitud, un mar de verde que se extiende hasta donde alcanza la vista.

La ruta no presenta ninguna dificultad, lo que la hace accesible para casi cualquier tipo de viajero, desde familias hasta senderistas experimentados que buscan una caminata relajante. A lo largo del camino, se encuentran varias áreas de descanso, perfectas para detenerse y disfrutar de un picnic mientras se contempla el paisaje. Al regresar a Elizondo tras el paseo, uno no puede evitar sentir que ha tocado la esencia misma de este rincón de Navarra.

Elizondo es también una oportunidad de conexión con la naturaleza y con uno mismo, no es solo un destino turístico. Sus calles, sus plazas y sus alrededores ofrecen un respiro del ajetreo de la vida moderna en un entorno inmejorable.

No se puede, ni debe, hablar de Elizondo sin mencionar a Dolores Redondo y su Trilogía del Baztán, tres novelas que engancharon por su trama pero que además nos introdujeron en su historia, paisajes, leyendas y me atrevería a decir hasta en el alma de este increíble valle navarro que hechiza, sin ninguna duda.

Al despedirse de Elizondo, uno lleva consigo no solo recuerdos de un lugar hermoso, sino también la sensación de haber vivido una experiencia auténtica, de haber tocado el alma de una tierra que, como pocas, sabe combinar pasado y presente, tradición y modernidad.



Cuando pensamos en América y en vino, lo primero que nos viene a la mente son países como Estados Unidos, Chile o Argentina por ser estos algunos de los mayores productores del mundo. Sin embargo, cada vez es más fácil encontrar en Europa referencias de países americanos vecinos como Uruguay, Canadá o Brasil. Podríamos cometer el error de pensar que México es uno más de esa dilatada lista de nuevos países productores, pero pecaríamos de imprudentes.



# Guanajuato

## Tierra de vinos independientes

Texto y fotos: Alejandro y Luis Paadín

Foto: Bodegas Vinos Guanamé

**E**n 1524, Hernán Cortés firmó las Ordenanzas de Buen Gobierno en las que, entre otras medidas, se obligaba a la plantación de 1.000 cepas por cada 100 “indios de repartimiento” en distintos territorios mexicanos. Muy relevante es el hecho de que México cuente con la bodega más antigua de todo el continente americano, fundándose en 1597 la Hacienda San Lorenzo (hoy Casa Madero), a merced del rey Felipe II. Actualmente 19 de los 31 estados mexicanos son productores de vino (dos terceras partes), teniendo algunas regiones emblemáticas como el Valle de Guadalupe en Baja California Norte y otras incipientes como Tlaxcala. Sin duda no es un país productor más.

Siendo una nación de dilatada tradición vitivinícola, la guerra por la independencia de México a principios del siglo XIX marcó un antes y un después en la industria enológica mexicana. El vino empezó a verse como un producto español y gran parte del pueblo se refugió en los tradicionales fermentados y destilados de agave con furor patriótico. Si en 1554 había 70.000 ha de viñedo, en 2022 tan sólo quedaban 34.292 ha, estando destinadas a la vinificación apenas una cuarta parte.

Pero poco a poco México ha ido recuperando su identidad en torno al vino, con nuevas regiones y proyectos mientras el consumo interno se ha multiplicado por diez en los últimos 30 años, con un notable aumento del 50% en 2022 que se ha mantenido en 2023. Una de esas nuevas regiones que están despuntando es, curiosamente, germen de la independencia mexicana: Guanajuato.

“

Con un crecimiento impresionante del consumo de vino interno, México está recobrando su identidad vinícola y mostrando su potencial en el escenario global

”



Vendimia de uva blanca

## Valle De La Independencia

Hoy por hoy, Guanajuato es una de las regiones vitícolas más estimulantes. Aunque su actual tejido empresarial empezó a fraguarse hace apenas tres décadas, actualmente cuentan con 57 bodegas repartidas en 12 subzonas, teniendo además varias rutas del vino con la del Valle de la Independencia como referente.

Aunque hoy por hoy pensemos en el vino como una bebida hedonista y de puro disfrute, hace no tanto tiempo fue una herramienta política y económica siendo, en algunos casos, agente activo en algunas de las grandes revoluciones imperiales como en el caso de la Revolución Francesa. En 1810 se inició oficialmente el movimiento de Independencia Mexicano en el pueblo de Dolores (Guanajuato), siendo el detonante los viñedos auspiciados por el cura Miguel Hidalgo.

Si bien no se puede cargar el peso de la Independencia Mexicana en el vino, el uso de éste como elemento amedrentador fue la gota que colmó un vaso que ya estaba lleno. A finales del siglo XVIII, las revoluciones liberales en Europa comenzaron a sentar un precedente en el mundo y con la Guerra de la Independencia Española a principios del siglo XIX se generó una inestabilidad política en México difícilmente gestionable. Cualquiera ideal o actitud liberal fue perseguida con ahínco.

El cura Hidalgo se instaló en el pueblo de Dolores en 1803 y fomentó la plantación de viñedos enseñando y formando a los nativos a través de documentos y libros vanguardistas llegados, en gran medida, de Francia; saltándose así la prohibición del virreinato de la Nueva España. Este hecho junto con la congregación de liberales cada vez más organizados en el valle, hizo que las tropas del virrey destruyesen la totalidad de los viñedos de la región. Este fue el punto de inflexión para que las ideas independentistas ya maduras se materializasen en el "Grito de Dolores" un 16 de septiembre de 1810. Aunque durante siglos se implementaron medidas para tratar de recuperar el histórico patrimonio vitivinícola, otras bebidas como el tequila, el mezcal o el pulque se erigieron como las orgullosas bebidas nacionales.

Con algunos avances a lo largo del siglo XX como el millón de vides plantadas durante el mandato de Porfirio Díaz o la aprobación del vino "angelorum" en 1916 como primer vino fortificado para la consagración, Guanajuato comenzó a modernizar su industria vitícola en la década de los 90. Si bien los inicios fueron tímidos con tan sólo 10 hectáreas y dos bodegas elaboradoras, una década más tarde el tejido empresarial se multiplicaría por cuatro y el número de hectáreas por cinco.

Actualmente Guanajuato cuenta con más de 50 bodegas que gestionan más de 500 ha, una superficie que pretende ser duplicada en pocos años. El territorio está configurado por valles y montañas – la Sierra Madre Oriental, la Occidental y el eje Neovolcánico - que cincelan una orografía muy variopinta desde los 1.800 hasta los 2.500 metros sobre el nivel del mar, dotando a Guanajuato de algunos de los viñedos a mayor altitud de todo México y de Norteamérica.

## Vino Guanajuatense

A pesar de estar en una franja climática cálida a la par con Veracruz, la gran altitud a la que se encuentran los viñedos baja la térmica media (entre 0,5 y 1 grado cada 100 metros que subimos) con noches de verano frescas conservando acidez mientras aumenta la exposición solar (hasta un 12% cada 1.000 metros de ascenso), consiguiendo así un equilibrio casi perfecto entre la maduración industrial y la fenólica. Esto les permite el desarrollo de variedades de vid tan diversas como la Syrah o la Chardonnay con muy buenos resultados en ambos casos. Las lluvias merecen un estudio aparte. Con una pluviometría mínima pero suficiente (algo más de 400 mm anuales de media), su distribución complica el desarrollo vegetal con inviernos muy secos y días de verano que pueden ser auténticos aguaceros.

Si el clima marca una identidad territorial común, el suelo perfila las particularidades de cada subzona y bodega. Con estratos litológicos muy variados, algunos marcadamente volcánicos y otros de puro calcáreo y granulometrías diversas desde las arcillas hasta las gravas pasando por las arenas, el terroir guanajuatense sigue evolucionando y asentándose, lo que la convierte en una de las regiones vitícolas más dinámicas de México.

Prácticamente dos terceras partes de la viña de Guanajuato se encuentra en los municipios de Dolores Hidalgo y San Miguel de Allende, siendo Patrimonio de la Humanidad la ciudad cabecera de este último. El atractivo turístico de estas dos ciudades ha desarrollado una floreciente industria del vino impulsada en gran medida por el enoturismo. Si habitualmente el turismo se explota como actividad secundaria de una bodega, en no pocos casos de Guanajuato el enoturismo es el motor principal y negocio matriz sobre el que se sustenta a la postre la producción vinícola.

Así, Guanajuato es tierra de vino, magia y desarrollo cultural, un pilar fundamental en la identidad mexicana de la que sin duda vale la pena empaparse.



Hacienda San José Lavista  
Viñedos San Lucas





Viñedos San Francisco  
Sala de barricas de la Hacienda San José Lavista





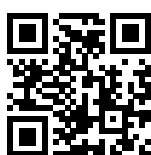
# ¿Dónde comen los Paadín?

## Latequila Cocina de México

Cocina tradicional mexicana donde podrás disfrutar de un amplio surtido de platos y recetas tradicionales como los deliciosos escamoles (plato de temporada a base de larvas de hormiga güijera, el “caviar mexicano”) o la lengua de ternera estofada. En un ambiente moderno y distendido, cuentan también con una buena representación de tradicionales destilados mexicanos y cócteles vinculados a éstos.

Boulevard Juan Alonso de Torres Pte. 2002 - León

Tf.: +52 477 331 0506



## Hacienda San José Lavista Iglesia

Este complejo enoturístico sito en una colina a las afueras de la famosa ciudad de San Miguel de Allende, cuenta con una gran cantidad de servicios más allá de la elaboración de vino. De marcada arquitectura colonial mexicana, dispone de espacios para dar todo tipo de eventos con capacidad para cientos de asistentes, pero también con alojamientos turísticos y restaurante propio con marcado acento mexicano.

Nuevo Libramiento Km 10.2 - San Miguel de Allende

Tf.: +52 415 113 5541



## Hostal Rincón de la Galera

Este pueblo declarado Pueblo Mágico en 2012, ha mantenido su identidad tradicional mexicana desde que fue fundado en 1542. Con pocos más de 600 habitantes, sus calles y monumentos coloniales no pasan desapercibidos. Aunque la oferta gastronómica es limitada por su pequeño tamaño, cuentan con algunas especialidades locales como el caldo de zorra, las enchiladas de cecina o el mole de nuez con arroz, muy disfrutables en el Hostal Rincón de la Galera.

Jalpa de Cánovas – Guanajuato



### Viña del Gran Padre

Bodega situada en el otro municipio emblemático de Guanajuato: Dolores Hidalgo. Esta pequeña bodega no tiene una industria turística tan desarrollada y centran todo su empeño en la elaboración de “vinos artesanos” organizando eventos donde la gastronomía y la armonía de los vinos se basa en platos tradicionales otomíes, un pueblo prehispánico históricamente asentado en el eje neovolcánico mexicano. Comunidad El Durazno - Dolores Hidalgo  
Tf.: +52 418 109 4307



### Street Food

Aunque los puestos callejeros no predominan tanto como en las grandes metrópolis, la comida callejera mexicana goza de una gran fama por primar las elaboraciones artesanales sobre los productos más industriales. Tacos, tamales, quesadillas, elotes... pueden ser degustados en muchos de estos puestos en las principales ciudades como León y a muy buen precio. Si eres un disfrutón del Street Food, México es tu país, pero recordando siempre que la «venganza de Moctezuma» acecha a los turistas más imprudentes.  
León – Dolores Hidalgo – San Miguel de Allende

### Wine Bar by CMB

Pero si hay un sitio para disfrutar de algunos de los mejores vinos mexicanos, ese es el Wine Bar by CMB que Carlos Borboa dirige en Ciudad de México con Manuel Negrete liderando el equipo vinícola. Aunque salimos del Estado de Guanajuato, bien merece la pena alargar el transbordo en la capital mexicana para poder disfrutar de la comida y selección de vinos de esta genuina gastroteca. Copenhague 23- Ciudad de México  
Tf.: +52 55 2211 0826



# Somos Digital & Papel



## VIAJANDO JUNTOS

¡Explora el mundo desde tu hogar!  
Suscríbete ahora a nuestra revista de viajes y embárcate en un viaje a los destinos más impresionantes en cada edición. La aventura te espera. **¡No te lo pierdas!**

Nos encontrarás en el entretenimiento a bordo de las principales aerolíneas españolas y en Pressreader. Somos híbridos; la revista digital es gratis y en papel la puedes comprar una suscripción o números sueltos en nuestro kiosco online.

**¡Elige cómo disfrutar viajando con nosotros desde tu casa!**



Suscríbete a la revista digital es **Gratis**





# 48 horas en

## Liubliana: Capital Verde de un País Verde

**Texto:** Redacción

**Fotografía:** Oficina de Turismo de Eslovenia

Entre puentes centenarios y calles empedradas, Liubliana despliega su magia de ciudad de cuento, donde la historia, la cultura y la naturaleza se entrelazan en una atmósfera acogedora

**L**iubliana, la capital de Eslovenia, es una ciudad que encaja perfectamente en la categoría de ciudad de cuento. A lo largo de sus calles empedradas y entre los puentes que atraviesan el serpenteante río Ljubljanica, se puede percibir una atmósfera acogedora y vibrante. Esta pequeña ciudad, a menudo eclipsada por sus vecinas más grandes, ofrece a los visitantes una mezcla única de historia, cultura y naturaleza, todo envuelto en un halo de sostenibilidad que le ha valido el título de Capital Verde de Europa en 2016.

La mayoría de los lugares que ver en Liubliana se pueden visitar a pie o en bicicleta. Su centro histórico está cerrado al tráfico de vehículos de motor. Las únicas excepciones son el tren turístico y los vehículos eléctricos Kavalir.

Cuenta con más de 542 m<sup>2</sup> de superficies verdes públicas per cápita, una de las ciudades más verdes de Europa.

## Breve historia de Liubliana

La historia de Liubliana es tan rica y diversa como sus paisajes. Desde su fundación por los romanos bajo el nombre de Emona, la ciudad ha sido testigo de invasiones, terremotos y reconstrucciones. Sin embargo, lo que define a Liubliana es su capacidad de renacer, una y otra vez, más bella y fuerte que antes.

El devastador terremoto de 1895 marcó un antes y un después en la historia arquitectónica de la ciudad. Gran parte de la reconstrucción estuvo en manos del arquitecto Jože Plečnik, quien impregnó a Liubliana con su visión única, fusionando elementos clásicos con el modernismo de principios del siglo XX. Es gracias a su obra que hoy en día podemos disfrutar de una ciudad que, a pesar de su pequeño tamaño, rebosa de carácter y belleza.

## Qué ver en Liubliana en 48 horas

Si solo dispones de 48 horas para explorar Liubliana, es importante priorizar y organizar bien tu tiempo para capturar la esencia de esta encantadora ciudad.

### Día 1: Exploración del centro histórico y los encantos de Plečnik

Comienza tu aventura en la Plaza Prešeren, el corazón palpitante de la ciudad. Desde aquí, podrás contemplar la Iglesia Franciscana de la Anunciación, con su inconfundible fachada rosada, un lugar que parece haber sido diseñado para el romance y la contemplación.



Biblioteca Nacional y Universitaria

Museo de Arte Moderno



Puente Triple



Cruza el Puente Triple (Tromostovje), una obra maestra de Jože Plečnik, que conecta la plaza con el casco antiguo. Pasea por la orilla del río Ljubljanica, disfrutando de las terrazas de cafés y las vistas pintorescas que parecen sacadas de una postal.

Continúa hacia el Castillo de Liubliana, que se alza majestuoso sobre la colina. Desde aquí, podrás disfrutar de una panorámica incomparable de la ciudad y sus alrededores. No olvides visitar el Museo del Castillo, donde podrás sumergirte en la historia de Liubliana y sus leyendas.

Por la tarde, dedícate a explorar la obra de Plečnik más a fondo. Visita la Biblioteca Nacional y Universitaria, otro de sus diseños icónicos, cuya entrada monumental recuerda a un templo griego. También puedes caminar hacia el Mercado Central, donde Plečnik diseñó la columnata que alberga los puestos de flores y productos frescos, un verdadero festín para los sentidos.

### Día 2: naturaleza y cultura

El segundo día empieza con una visita al Parque Tivoli, el pulmón verde de la ciudad. Este extenso parque es perfecto para una caminata matutina. En su interior, encontrarás el Jardín Botánico, uno de los más antiguos de Europa, que alberga una impresionante colección de plantas tanto locales como exóticas.



Parque Tivoli

A mediodía, haz una parada en el Museo de Arte Moderno, que alberga una extensa colección de arte esloveno del siglo XX. Si te queda tiempo, visita también la Galería Nacional, donde podrás admirar obras de arte que van desde la Edad Media hasta el siglo XX.

Por la tarde, relájate en una de las terrazas junto al río y disfruta de la tranquilidad que ofrece la ciudad. Puedes tomar un café mientras observas cómo los locales y turistas pasean por los muelles, o incluso, si el tiempo lo permite, dar un paseo en barco por el río Ljubljanica para ver la ciudad desde una perspectiva diferente.

### La Liubliana de Plečnik

Es imposible hablar de Liubliana sin mencionar a Jože Plečnik. Este arquitecto visionario no solo dejó su huella en la capital eslovena, sino que la transformó en un espacio urbano único, donde cada detalle ha sido cuidadosamente pensado para armonizar con el entorno.

El impacto de Plečnik se siente en cada esquina: desde los bancos del Parque Tivoli hasta los puentes sobre el Ljubljanica, pasando por las farolas, los mercados y las plazas. Su estilo es una mezcla ecléctica que toma elementos de la antigüedad clásica y los fusiona con el modernismo y la arquitectura tradicional eslovena.

Uno de los aspectos más fascinantes de su obra es cómo Plečnik fue capaz de integrar la naturaleza dentro de la ciudad. Ejemplos de ello son los paseos a lo largo del río y las avenidas arboladas que conectan distintos puntos clave de la ciudad. Su obra no solo define la estética de Liubliana, sino también su espíritu: una ciudad que mira hacia el futuro sin olvidar su pasado.

El río Ljubljanica y el Mercado Central al atardecer





El Castillo de Liubliana



## Eventos culturales y Festivales

Liubliana es una ciudad que, a pesar de su tamaño compacto, ofrece una vibrante escena cultural. Durante todo el año, la ciudad se convierte en un escenario para numerosos festivales y eventos que celebran la música, el cine, la literatura y el arte.

Uno de los eventos más destacados es el Festival de Verano de Liubliana, que tiene lugar de junio a septiembre. Este festival reúne a artistas de renombre mundial y ofrece una amplia gama de actuaciones, desde conciertos de música clásica hasta teatro y danza contemporánea. Los espectáculos tienen lugar en algunos de los espacios más emblemáticos de la ciudad, como el Castillo de Liubliana y el Križanke, un antiguo monasterio transformado en un impresionante escenario al aire libre.

Otro evento que no te puedes perder es el Festival de Jazz de Liubliana, uno de los más antiguos de Europa. Se celebra a finales de junio y atrae a músicos de jazz de todo el mundo; ofrece una mezcla de actuaciones tanto en lugares cerrados como al aire libre, creando un ambiente íntimo y vibrante.

Para los amantes del cine, el Festival Internacional de Cine de Liubliana (LIFFe) es una cita obligada en noviembre. Este festival presenta una cuidada selección de películas independientes de todo el mundo, y es una excelente oportunidad para descubrir nuevos talentos y disfrutar de proyecciones en algunos de los cines más encantadores de la ciudad.



Circuito Spa



**Texto:** Rosario Alonso

**Fotografía:** Hotel A Quinta da Auga

# A QUINTA DA AUGA

Detalle de la exuberante vegetacion que adorna el edificio



**U**bicado en las afueras de Santiago de Compostela, A Quinta da Auga es un refugio de lujo y tranquilidad que invita a sus visitantes a desconectar del bullicio cotidiano y sumergirse en la riqueza natural y cultural de Galicia. Este establecimiento es mucho más que un hotel; es una experiencia inmersiva que combina historia, gastronomía, sostenibilidad y un profundo respeto por el entorno. Con su impresionante finca de 10,000 metros cuadrados, surcada por el río Sar (que fluye con fuerza por los antiguos canales que rodean toda la propiedad), y su estatus como el primer hotel Relais & Châteaux de Galicia, A Quinta da Auga representa el equilibrio perfecto entre la modernidad y la tradición gallega.

## Un entorno natural inigualable

A pocos kilómetros del centro histórico de Santiago de Compostela, A Quinta da Auga se extiende sobre una vasta finca verde, un auténtico pulmón natural donde la vegetación autóctona cobra vida en todo su esplendor. El bosque que rodea el hotel está compuesto por más de 80 especies diferentes de plantas y árboles, entre los que destacan robles centenarios, mimosas, castaños y helechos, hortensias de infinitas variedades, plantas aromáticas y autóctonas.





Vista de la entrada al hotel

Este espacio verde no solo es un deleite visual, sino que también proporciona un entorno de paz y tranquilidad donde los visitantes pueden desconectar del mundo exterior, un auténtico bosque urbano. Uno de los rincones de mayor encanto de la Quinta es sin duda el “bosquecillo de bambú” que desde el siglo XVIII cohabita con el resto de las especies en un lugar privilegiado de la finca. El entorno de A Quinta da Auga es ideal para quienes buscan una conexión más profunda con la naturaleza.

### Historia y renovación: El primer Relais & Châteaux de Galicia

A Quinta da Auga no solo es conocida por su belleza natural, sino también por su rica historia. Este edificio, que en el siglo XVIII albergaba una fábrica de papel, fue rehabilitado con gran sensibilidad por sus actuales propietarios, María Luisa García Gil (arquitecta) y José Ramón Lorenzo (promotor), quienes lo adquirieron en 2003. Con una visión clara

de preservar el carácter histórico del lugar, el matrimonio conservó muchos de los elementos originales del edificio, mientras lo transformaba en un hotel de lujo que se ha convertido en un referente de la ecohotelería en España.

La restauración del edificio mantuvo un equilibrio entre la modernidad y la tradición, creando un espacio donde los huéspedes pueden disfrutar de todas las comodidades contemporáneas sin perder el encanto del pasado. El resultado es un hotel que, con su arquitectura histórica y sus detalles cuidadosamente seleccionados, ofrece una experiencia de alojamiento única que combina la historia gallega con el lujo moderno.

### Gastronomía gallega en su máxima expresión

Uno de los pilares fundamentales de A Quinta da Auga es su compromiso con la gastronomía local, una faceta que se refleja a la perfección en su restaurante Filigrana. Bajo la dirección del chef Federico López Arcay,





**Filigrana** se ha convertido en un referente de la cocina gallega contemporánea, donde los productos de la región son los verdaderos protagonistas; pescados y mariscos de las rías y ternera gallega. La propuesta culinaria de López Arcay es un homenaje a los sabores de Galicia, combinando la tradición con la innovación. Los platos en Filigrana destacan por su respeto a la temporada y su compromiso con la sostenibilidad, utilizando ingredientes frescos y locales en cada creación. El restaurante cuenta además con dos huertos propios, su propia despensa verde.

El chef también sigue las recomendaciones de Relais & Châteaux en cuanto a la compra de pescados y mariscos, prestando especial atención a las vedas de reproducción y los tamaños mínimos requeridos, lo que subraya su compromiso con la conservación de las especies. Los menús de Filigrana, que cambian con cada estación, ofrecen una variedad de platos que van desde el bacalao al horno en costra de broa hasta las filloas caramelizadas rellenas de arroz con leche, todos ellos elaborados con técnicas que realzan los sabores tradicionales gallegos.

### Compromiso con la sostenibilidad y la comunidad

El compromiso de A Quinta da Auga con la sostenibilidad va más allá de su gastronomía. Este hotel ha sido pionero en la implementación de prácticas sostenibles en la industria hotelera de lujo en España. Desde su inauguración, el hotel ha trabajado para minimizar su impacto ambiental, utilizando sistemas de microgeneración de electricidad y agua caliente a través de gas, y aprovechando el agua del río para enfriar estos sistemas, lo que permite un ahorro energético significativo.

El hotel también ha apostado por la energía geotérmica para su sistema de calefacción y refrigeración, una práctica que comenzó mucho antes de que esta tecnología se popularizara, además de paneles solares que contribuyen a su autosuficiencia energética.

Pero la sostenibilidad en A Quinta da Auga no se limita solo al medio ambiente. El hotel también se ha comprometido con la comunidad local, estableciendo relaciones sólidas con pequeños productores de la región para abastecer su cocina y otros servicios. Además, es muy destacable su colaboración con ONG internacionales y nacionales, así como con Asociaciones de ámbito más local.

### Un Hotel de desconexión y arte

El interior de A Quinta da Auga está diseñado para ofrecer a los huéspedes una experiencia de lujo que complementa su entorno natural. Las habitaciones, particularmente las de

Habitación suite



la categoría Alma, espaciosas y con un interiorismo muy cuidado, ofrecen vistas espectaculares del paisaje gallego. La decoración es una mezcla armoniosa de elementos tradicionales y modernos, seleccionados personalmente por los propietarios en ferias de decoración europeas.

El hotel también es un refugio para los amantes del arte, ya que la familia propietaria ha coleccionado piezas únicas durante más de 20 años. Los huéspedes pueden solicitar visitas guiadas para conocer algunas de las obras más singulares del patrimonio hotelero.

Su spa, considerado uno de los mejores de la región, ofrece una variedad de tratamientos occidentales y asiáticos diseñados para restaurar la armonía y aliviar el estrés.

### Experiencias únicas y personalizadas

Lo que realmente distingue a A Quinta da Auga es su capacidad para ofrecer experiencias personalizadas que se adaptan a los intereses y necesidades de cada visitante. Ya sea explorando la riqueza natural de Galicia, disfrutando de un tratamiento de spa o participando en una de las rutas gastronómicas y culturales que el hotel organiza, cada experiencia está diseñada para conectar a los huéspedes con la esencia de la región. Una de las experiencias más destacadas es la 'Ruta del Norte', que permite a los visitantes descubrir el norte de España a través de una serie de actividades personalizables que incluyen gastronomía, cultura y turismo de calidad.

A Quinta da Auga es mucho más que un simple hotel; es una celebración de la cultura, la naturaleza y la auténtica gastronomía gallega.



Restaurante Filigrana  
Vista del salón de la Grand Suite



Habitación clásica



A QUINTA DA AUGA





# La Torre del Visco

Texto: Rosario Alonso - Fotografía: Hotel La Torre del Visco

**U**bicada en el corazón de la comarca del Matarraña, en Teruel, La Torre del Visco es un refugio para quienes buscan un lujo discreto, una conexión profunda con la naturaleza y una experiencia gastronómica que respeta y celebra el entorno. Este exclusivo hotel, parte de la prestigiosa familia Relais & Châteaux, se ha consolidado como uno de los destinos más remotos y tranquilos de España, ideal para los amantes de la vida sin prisas.

## Ubicación y Extensión

La comarca del Matarraña es conocida por sus paisajes bucólicos, donde los cipreses, campos de almendros, viñedos y olivares pintan un cuadro idílico, salpicado por pequeñas aldeas medievales. Con menos de 10 habitantes por kilómetro cuadrado, es una de las zonas más despobladas y tranquilas del país. En medio de este paraíso

rural, a 12 kilómetros del pueblo más cercano y accesible a través de una pista privada sin asfaltar, se encuentra La Torre del Visco, un enclave singular, con 100 hectáreas de terreno, ejemplo de sostenibilidad y respeto por el medio ambiente.

## Sostenibilidad y Gastronomía

Desde su fundación, La Torre del Visco ha sido pionera en el concepto de lujo rural y sostenibilidad. Los fundadores, Jemma Markham y su esposo Piers, llegaron a Matarraña en 1993 con la visión de crear un espacio donde la alta gastronomía y el respeto por el entorno fueran de la mano, mucho antes de que términos como "kilómetro cero" o "economía circular" fueran comunes en la industria. Hoy en día, su proyecto sigue siendo un modelo a seguir, galardonado con la estrella Verde Michelin, un reconocimiento a su compromiso con la sostenibilidad.

El restaurante El Visco es la joya de la corona de La Torre del Visco. Su cocina, a menudo descrita como de 'metro' cero, se basa en ingredientes que provienen mayoritariamente de la propia finca. Con 2.000 olivos, árboles frutales y un extenso huerto ecológico, la propiedad se autoabastece de frutas, verduras, hierbas aromáticas y aceite de oliva virgen extra. Lo que no se produce en la finca se obtiene en un radio de acción lo más limitado posible, asegurando la frescura y calidad de cada ingrediente.

Bajo la dirección de los chefs Michael Torres y Andrea Mesa, El Visco ofrece una carta que cambia diariamente, adaptándose a lo que la naturaleza provee. La creatividad y el compromiso con la filosofía zero waste se reflejan en platos como los guisantes lágrima en diferentes texturas o la presa de cerdo Duroc de Teruel, ligeramente ahumada en casa.

### Fundadores del Lujo Rural

Jemma Markham y Piers son reconocidos como pioneros del lujo rural en España. Su visión se adelantó a su tiempo, creando un refugio donde la hospitalidad y el cuidado por el entorno son fundamentales.

El viaje hasta La Torre del Visco, el camino, aunque difícil, conduce a un destino maravilloso. Las almenas puntiagudas de la torre, visibles tras un denso bosque, son el primer indicio de que el esfuerzo del viaje valdrá la pena.



Acceso a la cocina-comedor para los desayunos

Huerto de Esteve, Esteve y Mónica y los chefs Michael Torres y Andrea Mesa



## LA TORRE DEL VISCO



### Hospitalidad: La Razón de ser de su equipo humano

La hospitalidad es el corazón de La Torre del Visco. Jemma y su equipo se esfuerzan por hacer que cada huésped se sienta como en casa. Esta filosofía se refleja en cada aspecto del hotel, desde las flores frescas que adornan las habitaciones hasta el trato cercano y personalizado de cada miembro del equipo. Las habitaciones, decoradas con una interesante colección de arte contemporáneo, están diseñadas para ofrecer la máxima comodidad y desconexión: no hay televisión ni despertadores, y los desayunos se sirven sin restricciones de horario.

El enfoque en el bienestar del cliente también se extiende a la gastronomía y especialmente a los desayunos, súper creativos.

### Un Lugar de desconexión

La Torre del Visco es un santuario para quienes buscan desconectar del mundo exterior y reconectar con la naturaleza con ausencia de contaminación lumínica

Este es un lugar donde el tiempo parece detenerse, invitando a los visitantes a disfrutar de la vida a un ritmo más pausado. Cada detalle, desde los amplios jardines hasta la decoración de las habitaciones, está pensado para promover el descanso y la reflexión, ofreciendo a los huéspedes una verdadera escapada del estrés diario.

### Cocina de 'Metro Cero' y Zero Waste

El compromiso con la sostenibilidad y la gastronomía de proximidad es uno de los pilares fundamentales de La Torre del Visco. La filosofía de 'metro' cero implica que el 60% de los ingredientes que se utilizan en el restaurante provienen de la propia finca, lo que garantiza no solo la frescura, sino también una conexión directa con la tierra. El pescado, por ejemplo, se trae cada semana de l'Ampolla, una localidad costera a solo 60 kilómetros de distancia.

Además, el restaurante está comprometido con la economía circular y la filosofía zero waste, buscando maximizar el uso de cada ingrediente. Este enfoque no solo minimiza el desperdicio, sino que también permite a los chefs experimentar y crear platos innovadores que sorprenden por su originalidad y sabor. Platos como la pannacotta de perejil con habas y tirabeques o el salmonete con emulsión de gambas son ejemplos de cómo la creatividad culinaria puede ir de la mano con la sostenibilidad.

## La Carta y la Despensa de Esteve

La carta de El Visco es un reflejo de la temporada y de lo que el huerto nos puede ofrecer. Cambia cada día, adaptándose a la sobreproducción y a las limitaciones que impone la naturaleza. Esta flexibilidad obliga a los chefs Michael Torres y Andrea Mesa a ser imaginativos, utilizando potenciadores de sabor naturales y creando platos que sorprenden tanto por su sabor como por su presentación.

Una de las experiencias más destacadas es la "Despensa de Esteve", una inmersión profunda en el huerto del hotel. Esta experiencia incluye una visita guiada por el huerto con los hortelanos, Esteve y Mónica, quienes comparten su conocimiento sobre la permacultura y la asociación de cultivos.

## Experiencia de Pastoreo: Un Homenaje a la Trashumancia

Como parte de su compromiso con la sostenibilidad y la preservación de las tradiciones locales, La Torre del Visco ha creado la experiencia de Pastoreo. Este programa está diseñado en torno a la oveja maellana, una raza ovina autóctona en peligro de extinción. La experiencia incluye dos noches de alojamiento, desayuno, cena y un día de campo acompañando a pastores locales y sus ovejas por paisajes vírgenes.

## Proyecto Integral de Sostenibilidad

Desde el cultivo ecológico en su huerto hasta la minimización de residuos y el reciclaje, todo en este establecimiento está diseñado para reducir su huella ambiental. El hotel cuenta con su propia instalación fotovoltaica, sistemas de carga para coches eléctricos, y ha eliminado los plásticos de un solo uso. Además, el agua potable se filtra in situ y el agua sobrante se reutiliza para el riego.

Este compromiso con el medio ambiente se extiende también a los productos de limpieza ecológicos y a la eliminación de manteles en las mesas del restaurante, lo que reduce el uso de detergentes y suavizantes.

La Torre del Visco es un lugar donde el lujo se redefine a través de la simplicidad, la sostenibilidad y la hospitalidad genuina.



# La Torre del Visco



## En septiembre, Miedo y Risas en el Entretenimiento

Por: Julián Sacristán - comunicacion@wfm.es



**L**uis desde pequeño era director sin saberlo, veraneaba en Si-güenza, y con amigos y una cámara de Super 8 grababan películas que proyectaban a los más pequeños. Aunque empezó estudiando económicas, le apasionaba la fotografía y el cine. Al final ganó su faceta de fotógrafo donde realizó exposiciones y videoarte. Cuando surgió la oportunidad de irse a EE.UU , se marcha a Los Ángeles a la California Institute of the Arts, fundado por Walt Disney ,que con el tiempo pasó a ser una universidad muy hippy e independiente, eso le gustó.

Después fue a Seattle a una startup de Microsoft , como responsable de vídeo. Con un proyecto de videojuego sobre Clint Eastwood, al que tuvo la oportunidad de conocer, Vuelve a España y rueda su primer y exitoso corto "Bamboleho", con mención especial en Venecia, y ganando el Tribeca Film Festival, fue el impulso para hacer largos.

## Luis Prieto

El director internacional, de origen madrileño, nos presenta su primera película española, Estación Rocafort.

### ¿Cómo surge trabajar en Italia?

*Antes de Italia ruedo una comedia en Argentina, Condón Express, pero la productora quiebra (tardó 10 años en estrenarse) y una productora italiana me dice si pueden ver la película, aunque no estaba terminada, la ven y me ofrecen un proyecto en Italia. La película argentina era una historia de amor con un protagonista que tiene una moto, y ellos tienen un proyecto similar. Hago la película y es la más taquillera de ese año. Por lo que me quedo en Italia.*

*Unos años después se hizo un conocido remake "Tengo ganas de ti"*

### ¿Después vuelves como director a EE.UU?

*Una productora británica había visto mi primer corto en un festival, y me llamó para hacer un remake, lo que les propuse fue hacer cambios y nace Pusher en 2012. Se estrenó en EE.UU, donde fue premiada y pasó por festivales como el de Toronto .el Fantastic Festival Fest de Texas. Y esto me abre las puertas de EE.UU.*

*Volví a los Ángeles, y leo el guion de Desaparecido, con la suerte de poder trabajar con Halle Berry de protagonista.*

### ¿También has trabajado para televisión?

*Mi primera aventura en TV se ha convertido en una serie de culto, es de zombies. También he trabajado en White Lines de Alex Pina y en StartUp de Netflix , Sin olvidar Vampire Academy que se rueda en España, exactamente en Pamplona, apostillar que varias producciones inglesas las he rodado aquí.*

### Aunque no dejan de llamarte de EE.UU

*Después rodé El Engaño, con John Malkovich y Frank Grillo, leí el proyecto*



y cuando hicimos el casting encontramos una actriz muy joven Lily Krug. A la que no hay que perder de vista.

### Menuda experiencia trabajar con Malkovich

Al día siguiente de conocerle le enseñé el vestuario, y cuando Malkovich lo vio eligió un chándal de Naranjito. Creo que no sabía lo que significaba y eso que le gusta mucho España.

### ¿Cómo surge Estación Rocafort?

Cuando viví en Barcelona conocí a uno de los productores, Adrián Guerra, y me cuenta que es una estación maldita asociada a la desgracia, y a la leyenda negra.

### ¿Es terror psicológico?

Tiene las dos cosas, thriller psicológico y terror, estuve trabajando en el guion, con Ángel Agudo.

En Estación Rocafort Javier Gutiérrez es un policía que 24 años antes sufre una experiencia traumática, y en la película es la extraña pareja de una joven Natalia Azahara, otro descubrimiento.

### Cuéntanos tu experiencia viviendo en diferentes lugares

En Italia vivía en Trastevere, donde llegué a la conclusión que Fellini hacía documentales, capturaba la esencia de la cultura romana.

### ¿Un recuerdo de Roma?

Un día que estaba nevando, que no es muy habitual, fui al Panteón que es una cúpula abierta y el efecto de los copos era mágico.

### ¿Y en Londres?

Es difícil elegir, en Shoreditch, hay mucho arte urbano, también me encanta, la zona de la cinemateca, Tate Modern etc.

### ¿Respecto a Los Ángeles?

Es una ciudad con muchas ciudades, Venice, está al lado del mar, y ahora es un sitio muy chic.

### ¿Proyectos futuros?

Tengo un proyecto americano y me gustaría hacer una película en Madrid. Y si algún día hiciese teatro, me lo llevaría al mundo del cine.

Y hablando de teatro qué mejor que con **Jamming, la compañía que más años ininterrumpidamente lleva en**



Juanma Díez, Lolo Diego, y Paula Galimberti

**la escena madrileña.** Jamming es una compañía de teatro de improvisación que ha marcado la escena cultural de Madrid durante 22 años, atrayendo a más de 3 millones de espectadores.

### ¿Cómo habéis conseguido ser empresarios de éxito con una empresa cultural?

El éxito va más por la realización personal y profesional que por la económica. Jamming ha ido creciendo artísticamente y se ha sostenido con una estructura empresarial. Pasamos de salas alternativas a actuar en grandes teatros y en macroeventos. Para Jamming, los números siempre tienen que ir de la mano de una creación artística libre, eso conlleva una búsqueda de fuentes de recursos continua.

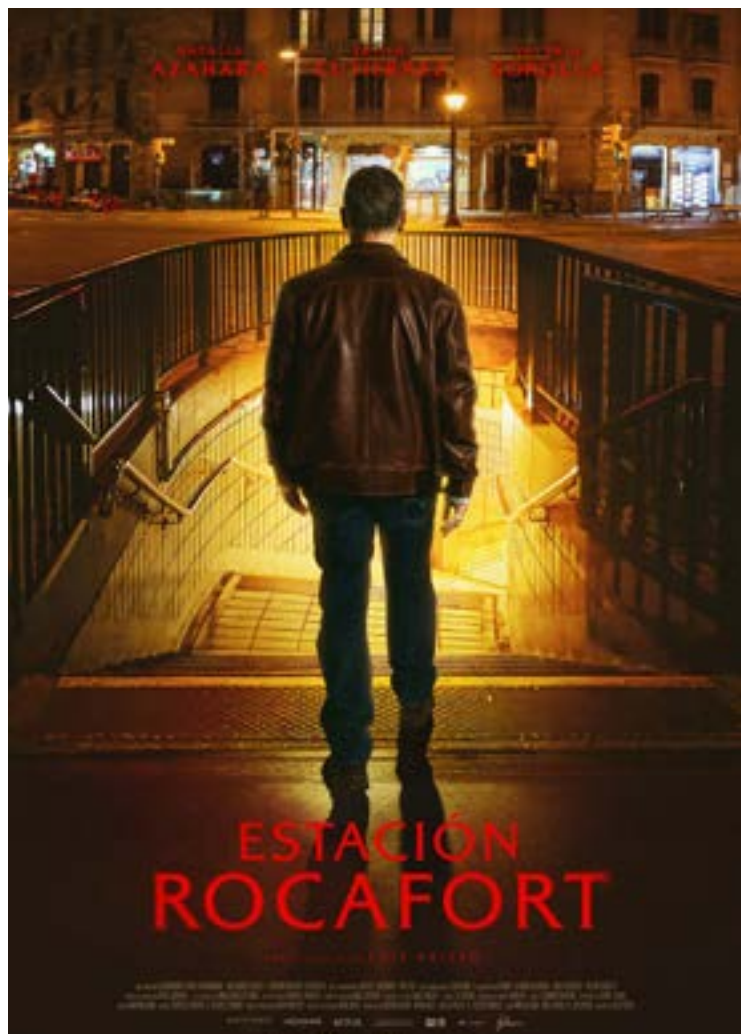
### ¿Cuál es el entrenamiento para ser un buen actor de la improvisación?

A parte de la interpretación, necesitas tener conocimientos de dramaturgia y dirección. Así que primero, además de un entrenamiento, necesitas adquirir conocimiento en las tres disciplinas... y luego entrenamientos en esas tres facetas a través de ensayos, investigación, ver otros creadores y artistas, probar en el escenario y renovación constante.

Por nuestra escuela Jamming de formación en teatro de improvisación han pasado unas 10.000 personas.

En este **22 aniversario**, los creadores de Jamming **Juanma Díez, Lolo Diego, y Paula Galimberti** vuelven en octubre al Teatro Maravillas, con una propuesta renovada.

**Decir Jamming es decir diversión asegurada.**





# La ventana de Manena

Anécdotas Viajeras

Fotos y texto: Manena Munar [manena.munar@gmail.com](mailto:manena.munar@gmail.com)

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

## El Valle de Ourika al son del Porompompero

Historietas de un viaje tan bello como insólito por el sublime escenario del Alto Atlas marroquí

Familias en el arroyo que abastece de agua a Tasseltz



**C**orría el Ramadán cuando llegamos a Marrakech. Al anochecer nos acercamos a la plaza Djema El Fna para compartir con la gente el momento en que se rompía el ayuno diurno y la plaza se llenaba de luces y puestos de comida. A la mañana siguiente emprendimos ruta, y digo ruta, porque no fue un camino, ni un recorrido, ni siquiera una excursión, fue una ruta ascendente por el Valle de Ourika descubriendo los pueblos del Alto Atlas. Y digo descubrir porque las aldeas montañosas no se ven a la primera ¡Qué va! Levantadas con esa misma tierra que las camufla y alimenta a sus habitantes, hay que tirar de teleobjetivo o prismáticos para, a una distancia prudencial, percatarse de los rectángulos que parecen ventanas, y sí, lo son, y pertenecen a las casas del pueblo rojo a imagen y semejanza de la tierra que íbamos pisando, donde vive una población bereber.

## Amigos para siempre

Pero vayamos por partes. Lo que determinó aquel aventurado pero inolvidable viaje, fue el conocer a un grupo de personas que se volverían amigos para siempre. Los días fueron pasando, y la belleza y el surrealismo del viaje nos unió. Risas, no pudo haber más, incluso cuando recordábamos las primeras impresiones en el aeropuerto. “¡Pues tu ibas con unos zapatitos de tacón ! que yo pensé ¿así vas a explorar el Atlas? aunque luego, cuando vi que te llevabas todos los tonos posibles de tierra del Valle de Ourika en el pantalón, y en las suelas de las botas, me olvidé de que ibas vestida de discoteca...”

Hassan, el guía, simpático y profesional, tenía que cumplir el ramadán, caminando a nuestra vera a unos 38° bajo el sol, sin comer , ni beber... no por eso le quitaba de llevar una bolsa repleta de dátiles y frutos secos, que cuando alguno, yo , la mayoría de las veces, desfallecía, nos ofrecía un puñado, y esas espinacas de Popeye, te devolvían milagrosamente la energía, para seguir caminando, entre olivos, adelfas, y tierra multicolor.

## ¡Qué me caigo!

En aquel entonces el héroe futbolístico era Messi, y así lo testimoniaban los chavales que corrían al vernos, vestidos con su camiseta. Paralelas a nosotros andaban las mulas con viandas y enseres para hacer vivac o montar la tienda de campaña donde se terciara. Foto va y foto viene en ese primer día durante el cual teníamos que llegar a Tasselt, una aldea del valle , donde una familia bereber nos acogería un par de noches. Y hablando de fotos, hay que aclarar que se hacían solas. Colores, todos, el del cielo, los olivares, las casas, la ropa bereber, los ojos negros azabaches que se iluminaban a nuestro paso, y esas sonrisas infantiles, que se abrían en unas caras llenas de churretes y aliviaban de la fatiga y la sed.

*En medio del misticismo del Ramadán, Marrakech nos recibió con la vibrante energía de la plaza Djemaa El Fna al romper el ayuno. Desde allí, nos aventuramos en una ruta por el Valle de Ourika, adentrándonos en los secretos mejor guardados del Alto Atlas. Las aldeas bereberes, invisibles al primer vistazo, emergen discretamente del paisaje, mimetizadas con la tierra roja que nutre y cobija a sus habitantes.*

Rompiendo el ayuno diurno en la plaza de Djemaa El Fna, Marrakech.





Aldeas del Valle de Ourika

El ¿cuándo llegamos? era la pregunta qué, si suena poco madura, formulábamos a cada instante a nuestro sufrido Hassan que siempre nos contestaba lo mismo ¡estamos al lado!, pero para ese “lado” había que cruzar un par de montes, más bien montañas, de las que nadie me había avisado. Tengo que decir que, a pesar de mi aventurera vida, soy una miedosa de tomo y lomo (eso sí, trato de superarlo) y entre mis temores como la claustrofobia (no puedo ir en ascensor), uno de los más notables es el vértigo. Caminábamos en fila india, charlando, riendo, sacando fotos cuando de repente, a la vuelta de un recodo, me encuentro con una caída de unos cuarenta metros, un camino de gravilla, escurridizo y estrecho, y me paralizó. Agarrada a las rocas, inmóvil, los ojos fuera de las órbitas, una de dos, “o me tiro por el barranco o viene un helicóptero y me recoge”, pensé. A mis compañeros y a Hassan no les pareció pertinente ninguna de las dos opciones, con lo que cargaron con mi mochila, cámara, y conmigo también, pues uno me agarró de la mano izquierda, otro de la derecha, yo prácticamente cerré los ojos y de esta guisa crucé el precipicio adivinando Tasselt a lo lejos, a pesar de que según nuestro guía, estaba al lado, y sospechando que aún me quedaba otro barranco por cruzar. Y así fue...Liberando adrenalina a mansalva, cuando llegó el despeñadero, me dije, “no puedo dar más la vara, lo peor que puede pasar es que me caiga”, y me lancé a cruzarlo como uno más. Esta vez Tasselt sí estaba al lado, y allí nos esperaba la familia bereber con la que pasaríamos un tiempo.

### **Nuestra familia bereber.**

De los cinco miembros de la familia, cuatro de ellos nos dieron la bienvenida. Hospitalarios y acogedores desde el primer momento, la madre de largas y negras trenzas, sonrisa irónica y ojos sabios nos enseñó la cocina, cómo hacer té con hierba buena y dónde coger el escaso agua en un barreño del patio. El padre asentía a lo que ella dijera con orgullo y un gesto cálido que se traducían por “estáis en vuestra casa”. Por cierto, la traducción verbal corría a cargo de nuestro querido guía. Una niña de apenas cinco años nos saludó con la cabeza para acto seguido coger una garrafa de plástico de unos cinco litros y retomar su papel en la familia que era subir y bajar constantemente al arroyo para acarrear el agua, ya que Tasselt aún no contaba ni con fuente en el pueblo. Haré un inciso para comentar cómo tras ese viaje y de vuelta a casa, me daba reparo abrir la ducha y permanecer amorosamente bajo un chorro de agua caliente que salía como por arte de magia de la alcachofa. Una bella mujer de 18 años era el otro miembro de la familia que nos recibió expectante, y con una mirada de la que se vislumbraba sus ansias de conocer, de saber más de aquellos extraños que habían entrado en su mundo. De esas mujeres vestidas como hombres, con cámaras colgadas del cuello y que se desenvolvían con la misma naturalidad que ellos, sin protocolos, ni diferencias. Hassan nos tradujo que el quinto miembro de la familia era un chaval de doce años que en esos momentos estaba en la escuela aprendiendo el Corán.

La distribución de las habitaciones fue sencilla. Las chicas en un cuarto protagonizado por la foto del rey y casetes de cantantes famosos; los chicos en otro. Acompañamos a la pequeña a buscar agua con su amiga que sufría de cataratas en los ojos con apenas seis años, algo frecuente en un lugar donde la luz no perdona. También fuimos con la joven al Valle de Ait Inzal, a darle de comer al ganado, subiendo, una vez más, hasta los 2.000 vertiginosos metros. Paseando con la mayor de la familia; su atractivo rostro, su bonita sonrisa, su figura enfundada en ropajes de vivos colores, la gracia con que acarrea el fardo de hierba en la cabeza suponía un motivo fotográfico tras otro. La conversación sobre la diferencia entre los dos mundos surgió de forma natural. En breve la muchacha se casaría con un marido apalabrado desde su infancia, empezaría a tener retoños y seguiría acarreado hierba todos los días de su vida, pero... no perdería la sonrisa ni esa alegría genuina que demostraron al fin del ramadán.

Dormimos como pudimos en el suelo, con la mirada vigilante del rey de Marruecos, risas, comentarios, una vuelta a la niñez que se vio interrumpida tras un sueño profundo por la oración del Muecín que ese día era especial, pues anunciaba el Eid al Fitr, o fin del ramadán. Al salir de la habitación y tras un delicioso desayuno de Beghrir, tortitas hechas sobre la marcha y untadas en miel, aceite de oliva o mantequilla casera, nos aconsejaron ir al hamman de la casa y así prepararnos para una noche sin igual. El asunto hamman se las trajo; dada la falta de agua, la pequeña subía y bajaba al arroyo una y otra vez, mientras las mujeres adultas hervían el agua y nosotras no sabíamos cómo decir, ya metidas en acción, que no se molestaran. No había nada que hacer; nos exfoliamos lo mejor que pudimos, chorrillo de agua por aquí y por allá y llegó el momento de la vestimenta. Yo me quité el pantalón que como bien me habían dicho era una paleta con el recuerdo de los colores del Atlas, y me puse una especie de túnica. Los chicos sacaron sus mejores galas al igual que mis compañeras de viaje que estaban guapísimas. Aún así, ni de lejos pudimos igualar la elegancia de los caftanes que ese día estrenaban las mujeres como exige el Eid ad Fitr, ni el blanco impecable de las chilabas de los hombres de la casa, símbolo de pureza.



Nuestra casa bereber



El desayuno casero de nuestro hogar bereber



Adorables niños de nuestro hogar bereber

## EL VALLE DE OURIKA

### Canta si puedes

Servidos estaban a la mesa de aquel inolvidable patio con vistas a las montañas del Atlas, los dátiles, las tortitas de Beghrir, la Harira o sopa de lentejas con fideos, garbanzos y tomate. Y cómo no las exquisitas galletas de miel y sésamo que responden al nombre de Chekabia. Mientras tomábamos el estupendo aperitivo, el hombre de la casa se encargaba de asar el cordero y preparar el cous cous. Y llegó el esperado momento de estar todos sentados a la mesa. Hassan nos iba traduciendo chistes, comentarios. La familia estaba de muy buen humor, se terminaba el ramadán, habían cumplido y empezaba otro ciclo del año.

El padre comenzó a cantar y su voz era grave y serena. Le acompañó su mujer y al poco los jóvenes cogieron fregonas, cubos, latas, y al estilo Stomp se formó una orquesta alucinante, con cánticos preciosos y música bien entonada con los peculiares instrumentos, hasta que la joven, ya prometida en matrimonio, comenzó a contonearse de forma sensual. De hecho, cuando nos tocó el turno de cantar a nosotros, con tanta competencia, no pudimos por más que entonar un Porompompero un tanto soso y arrítmico antes de pronunciar ¡Eid Mubarak ¡ o ¡Feliz Eid! como fin de la velada.

Y para cerrar el artículo os contaré que, de vuelta a Marrakech, andando por esas montañas pintadas de cobre y hierro, entonamos a voz en grito el Porompompero que resonaba con su eco entre los valles, en un afán de, al menos, y aunque fuera solo esa peculiar canción, aprenderla como es debido para en la próxima ocasión, no hacer el ridículo.

Las casas del Valle de Ourika se funden con su tierra



La adorable pequeña de nuestro hogar bereber



Nada de lavadoras



# traveling

gourmets



**SABORES DE LISBOA**  
Su lado más dulce

**INDOCHINA BRASA**  
Fuego y sabores del  
sudeste asiático

**BODEGA MENADE**  
Entre dos tiempos

**QUISPE**  
Alta gastronomía  
peruana en Madrid



# Conservas Mi Huerto



## Escalivada Asada

Pimiento, cebolla y berenjena una receta sencilla y deliciosa elaborada asando estas verduras. Disfrutala con pan tostado o como guarnición de carnes o pescados, en tus ensaladas.

**E**s un proyecto que revitaliza zonas rurales despobladas como Oliete y Alacón, en Teruel, mediante la recuperación de olivos centenarios y huertos abandonados. Este esfuerzo no solo rescata tierras agrícolas, sino que también genera empleo y fomenta el arraigo de la población local, contrarrestando el éxodo rural. La iniciativa produce aceite de oliva virgen extra y conservas vegetales de manera artesanal, lo que impulsa la economía local y promueve la sostenibilidad al reutilizar subproductos agrícolas.

Además de generar empleo directo para 45 personas, "Mi Olivo" ha contribuido a mantener abiertos servicios básicos como escuelas y negocios, lo que revitaliza la vida en estas comunidades. El proyecto también tiene un impacto positivo en la conservación del medio ambiente y en la promoción del turismo rural, atrayendo a miles de visitantes y dinamizando la economía local. Con su enfoque en la sostenibilidad y la calidad, "Mi Olivo" se presenta como un modelo inspirador en la lucha contra la despoblación rural, demostrando cómo la creatividad y el esfuerzo pueden transformar estos territorios.





### Conserva de Alcachofas

Alcachofas seleccionadas y asadas sobre brasas hechas con restos de poda de olivos centenarios. Se envasan en aceite de oliva virgen extra, conservando todo su sabor y calidad.

### Conserva de Puerros

Puerros asados artesanalmente y envasados en aceite de oliva virgen extra. Se destacan por su textura tierna y su sabor ahumado, resultado de la cocción lenta sobre brasas naturales.



### Paté de Puerro

Un paté suave y delicado, hecho con los mejores puerros asados. Es ideal para utilizar como aperitivo o para dar un toque especial a tus recetas.



### Paté de Aceituna Empeltre

Hecho con aceitunas empeltre, una variedad típica de Aragón, este paté combina el sabor característico de la aceituna con una textura que lo hace ideal para canapés y tostadas

### Paté de Alcachofa

Elaborado a partir de alcachofas de las mismas conservas, este paté ofrece una textura cremosa y un sabor intenso, perfecto para untar o acompañar en diversos platos.

Mi Olivo



Apadrina un olivo





# Sabores de Lisboa

## Su lado más dulce

**Texto:** Clara Serrano Vega - claraserranovega@gmail.com

**Fotos:** Archivo y Visit Lisboa

**C**onocida por su rica historia y su cultura, Lisboa también destaca como tesoro gastronómico, en este artículo nos centraremos en su repostería. Dentro de su cocina tradicional, los dulces conventuales representan uno de los aspectos más fascinantes de su herencia culinaria. Estos manjares, perfeccionados en conventos y monasterios durante la Edad Media, se elaboraban con ingredientes sencillos como el azúcar y los huevos, convirtiéndose en auténticas joyas de la gastronomía portuguesa, valoradas tanto a nivel local como internacional.

A través de ingredientes básicos, la repostería lisboeta ha logrado crear una amplia variedad de dulces que no solo deleitan el paladar, sino que también evocan un pasado lleno de devoción y tradición religiosa.

Los dulces conventuales, en particular, reflejan siglos de perfeccionamiento de recetas que se han mantenido vigentes hasta la actualidad. Durante la Edad Media, monjas y frailes comenzaron a experimentar con recetas que, gracias al uso de yemas de huevo y azúcar,

se convirtieron en especialidades locales. Una de las teorías más extendidas señala que estos dulces surgieron como resultado del exceso de claras de huevo, que se empleaban en los conventos para almidonar hábitos religiosos, dejando las yemas para la repostería.

Cada convento y monasterio tenía su propia especialidad, con recetas que se mantenían en secreto y se transmitían de generación en generación. A medida que algunos de estos lugares religiosos fueron cerrando o convirtiéndose en puntos turísticos, las recetas empezaron a divulgarse, convirtiendo los dulces conventuales en una parte esencial de la oferta gastronómica de Lisboa y sus alrededores.

Con la llegada del azúcar procedente de Brasil en el siglo XV, la repostería conventual adquirió un mayor refinamiento, permitiendo la creación de nuevas texturas y sabores. Este hecho consolidó a Lisboa como un centro de producción de postres únicos. Hoy en día, muchos de estos dulces se han convertido en auténticos embajadores de la gastronomía portuguesa, como los conocidos **Pastéis de Belém** o las delicadas **Queijadas de Sintra**.



### Pastéis de Belém

Uno de los dulces más icónicos de Lisboa son los Pastéis de Belém, también conocidos como pastéis de nata. Estos pastelitos de hojaldre rellenos de una suave crema pastelera son una delicia que se remonta al siglo XIX. Su origen está vinculado al Monasterio de los Jerónimos en el barrio de Belém, donde los monjes, en un intento por sobrevivir tras la disolución de las órdenes religiosas en 1834, comenzaron a vender estos pasteles al público.

La receta original de los pastéis de Belém sigue siendo un secreto celosamente guardado, transmitido a solo unos pocos pasteleros de generación en generación. Hoy en día, solo la fábrica cercana al Monasterio de los Jerónimos produce los auténticos pasteles de Belém, lo que los convierte en una atracción turística por derecho propio. Miles de visitantes se acercan cada año para degustar estos pasteles crujientes y cremosos, que suelen servirse calientes y espolvoreados con canela y azúcar glas.

### Fradinhos de Mafra

Originarios de la ciudad de Mafra, los Fradinhos de Mafra son pequeños dulces que deben su nombre, que significa "pequeños frailes", a los monjes del Palacio-Convento de Mafra, quienes perfeccionaron esta receta a lo largo de los siglos. Estos dulces están elaborados a base de almendra, yema de huevo y azúcar, lo que les confiere una textura suave y un sabor delicado.

El Palacio-Convento de Mafra es uno de los edificios más monumentales de Portugal y, durante siglos, fue el hogar de una gran comunidad religiosa. Los monjes no solo eran conocidos por sus rezos y cantos gregorianos, sino también por su destreza en la cocina. La receta de los Fradinhos es un testimonio del ingenio culinario de estos frailes, que lograron crear una delicia que perdura en el tiempo.



### Queijadas de Sintra

Las Queijadas de Sintra son otro de los dulces emblemáticos de la región, originarias de Sintra, famosa por sus palacios y su patrimonio natural. Estas pequeñas tartas están hechas con queso fresco, huevo y azúcar, lo que les da una textura cremosa y un sabor delicado que las hace irresistibles tanto para los locales como para los turistas.

El origen de las queijadas se remonta a la Edad Media, cuando eran un manjar exclusivo reservado para las familias reales y la nobleza. Sintra, con su clima templado y su proximidad a Lisboa, se convirtió en un centro de producción de estas tartas, que con el tiempo fueron ganando popularidad entre el público general. Hoy en día, se pueden encontrar queijadas en todas las pastelerías de la región, pero las más auténticas siguen siendo las que se elaboran según las recetas tradicionales.



## Travesseiros de Sintra

Los Travesseiros de Sintra, cuyo nombre se traduce como "almohadas", son otro de los grandes representantes de la repostería lisboeta, originarios de la misma localidad que las famosas queijadas. Estos pasteles de hojaldre rellenos de crema de almendra y huevo son famosos por su suavidad y textura crujiente. Su forma alargada y su relleno cremoso lo convierte en un manjar que ofrece tanto una experiencia sensorial como visual.

Los travesseiros fueron creados en la Casa Piriquta, una de las pastelerías más antiguas y respetadas de Sintra, donde siguen elaborándose de acuerdo con la receta tradicional. Aunque su preparación parece sencilla, lograr el equilibrio perfecto entre la ligereza del hojaldre y la riqueza del relleno requiere habilidad.



## Nozes de Cascais

El pequeño y pintoresco pueblo costero de Cascais es el lugar de origen de otro dulce típico: las Nozes de Cascais. Estos dulces están elaborados a partir de una base de nueces y almendras, mezcladas con azúcar y yemas de huevo, creando un contraste entre una textura crujiente por fuera y suave por dentro. La forma de estos dulces, que recuerda a una nuez, es característica, y su sabor, delicado y dulce, los convierte en una opción irresistible para los amantes de los frutos secos. Las Nozes de Cascais son un ejemplo claro de cómo los ingredientes locales han influido en la repostería portuguesa. La abundancia de nueces y almendras en la región, dio lugar a este postre que sigue siendo un símbolo gastronómico de Cascais.

## Mermelada blanca (Doce de Gila)

La Mermelada blanca, conocida también como Doce de Gila, es otra especialidad de la repostería lisboeta, que se destaca tanto por su sabor como por su textura inusual. Este dulce se elabora a partir de la pulpa de una variedad especial de calabaza llamada "gila", que tras un proceso de cocción con azúcar adquiere una textura fibrosa y un color claro, de ahí el nombre de "mermelada blanca". Tradicionalmente, se aromatiza con canela y limón, dándole un sabor suave y ligeramente especiado.

Este dulce no solo se disfruta como acompañamiento de panes y quesos, sino que también es un ingrediente esencial en muchas tartas y postres típicos de Lisboa y otras partes de Portugal. El Doce de Gila es una muestra del ingenio de transformar un producto humilde como la calabaza en una exquisitez que ha perdurado a lo largo del tiempo.



## SABORES DULCES DE LISBOA

### Pastéis de Belém (Lisboa)

Fundada en 1837, es mundialmente famosa por los "pastéis de nata", conocidos como **Pastéis de Belém**, siendo este el local histórico de este dulce. La receta original es un secreto bien guardado y atrae a miles de visitantes que hacen fila diariamente para probar estos icónicos pasteles acompañados de un café.

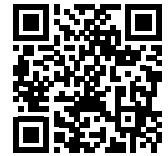
Rua de Belém nº 84 Lisboa



### Confeitaria Nacional (Lisboa)

Fundada en 1829, es una de las pastelerías más antiguas de Lisboa. Conocida por haber sido la proveedora oficial de la Casa Real, destaca especialmente por su famoso **Bolo Rei**, un pastel similar al roscón de reyes que se disfruta especialmente en Navidad. Es un símbolo de la repostería tradicional portuguesa.

Praça da Figueira 18B  
Lisboa



### Fábrica da Nata (Lisboa)

Situada en el centro de Lisboa, esta pastelería es famosa por sus **pastéis de nata** recién horneados. La Fábrica da Nata ofrece una experiencia donde los visitantes pueden observar la preparación de estos deliciosos pasteles. El ambiente moderno y acogedor la convierte en un lugar popular entre locales y turistas

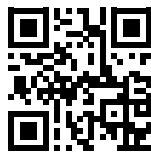
Praça dos Restauradores 62 -68  
Lisboa



### Pastelaria Versailles (Lisboa)

Fundada en 1922, **Pastelaria Versailles** es una de las pastelerías más elegantes y tradicionales de Lisboa. Destaca por su impresionante decoración de estilo art nouveau como por su exquisita repostería. Aquí puedes disfrutar de clásicos como los **pastéis de nata**, así como de otros dulces tradicionales como el bolo rei y las **milhojas**. Es el lugar ideal para un desayuno o merienda.

Av. da República 15 A Lisboa





### Casa Piriquita (Sintra)

Fundada en 1862, esta histórica pastelería en Sintra es famosa por sus Travesseiros, un hojaldre relleno de crema de almendra y yema de huevo, y sus **Queijadas**, pequeñas tartaletas de queso fresco. **Casa Piriquita** es una parada obligatoria para cualquiera que visite la ciudad.

R.Padarias 1, Sintra



### Café Saudade (Sintra)

Ubicada cerca de la estación de tren de Sintra, esta encantadora cafetería ofrece una experiencia única tanto por su ambiente acogedor como por sus delicias locales, como los **travesseiros y queijadas**. Es un lugar perfecto para relajarse antes de explorar las atracciones de Sintra.

Rua Dr. Alfredo da Costa, 21, Sintra



### Garrett (Cascais)

Fundada en 1934, la Pastelaria Garrett en Cascais es conocida por su amplia gama de dulces tradicionales portugueses, destacándose especialmente por su versión del **Bolo Rei** y **milhojas**. Además es un lugar imprescindible en Cascais.

Av. de Nice 54 Estoril



### Sacolinha (Cascais)

Esta famosa pastelería en Cascais es conocida por su amplia gama de productos artesanales, que incluyen panes, pasteles y otros dulces tradicionales portugueses. Fundada en 1986, **Sacolinha** es un referente que buscan disfrutar de **croissants, pastéis de nata** y otras delicias. Su ambiente acogedor y la calidad de sus productos la hacen muy popular en la región.

Av. dos Combatentes da Grande Guerra  
Nº 107 - Cascais





# Bodegas Menade

## Entre dos tiempos

Texto: Carmen Paredes - carpago23@gmail.com

Fotografía: Carmen Paredes y Bodega Menade





**E**n la población de la Seca, de poco más de mil habitantes, en una de tantas casas de las que pasaría desapercibida, se encuentra la primera de las paradas en la visita de dos tiempos de bodegas Menade. Es una visita en dos tiempos en todos los sentidos de la palabra, no sólo por estar dividida en dos partes y dos localizaciones que necesitan un “intervalo” de aproximadamente 7 kilómetros, sino también por el contraste temporal entre la visita a la bodega ancestral de La Seca y la moderna bodega de la vecina Rueda. Proporcionando al visitante la oportunidad de acercarse a dos formas de elaboración del vino y a dos tiempos de la historia de estas tierras vallisoletanas en las que el vino ha estado presente en la vida cotidiana durante siglos.

La bodega toma el nombre de unas de sus parcelas, que ha sido llamada así durante décadas. El nombre pareció más que adecuado a los hermanos Sanz, cuando en 2005 decidieron recuperar esta antigua bodega en desuso desde 1968. La inevitable referencia a las ménades, fervientes seguidoras de Dionisio dios griego del vino, fue considerado un guiño a la historia de este alimento; y es que es precisamente historia lo que se respira en la antigua bodega del casco urbano de La Seca.

En la tranquila localidad de La Seca, Bodegas Menade ofrece una visita que es un auténtico viaje en el tiempo. Entre la bodega ancestral y la moderna instalación de Rueda, los visitantes descubren dos formas de hacer vino y dos momentos clave en la historia de esta tierra vallisoletana, donde la tradición vitivinícola ha dejado una huella imborrable.



- 1.- Sala de catas, bodega antigua
- 2.- Cuevas de la bodega antigua
- 3.- Fachada de la nueva Bodega
- 4.- Antiguos despachos
- 5.- Sala de catas de la nueva bodega

Al cruzar la puerta de madera que da a la tranquila calle del pueblo, nos damos cuenta de que estamos entrando en un sitio muy especial, un corto pasillo curvo nos conduce a una impresionante estantería compuesta por decenas de cajas de madera destinadas originalmente a contener botellas de grandes vinos. Estas estanterías están repletas de libros; libros que fueron en su gran mayoría donados o recogidos; por esta razón, a esta peculiar estantería se la ha bautizado con el poético nombre del 'orfanato de libros'.

La original librería no es la única pieza que llama la atención, todo el espacio está cuidadosamente pensado para agradar y dar una cálida bienvenida al visitante, desde su extraordinaria mesa de madera de una sola pieza o el escritorio clásico, que contrastan y combinan con la moderna barra para catas... Todo elegido con gusto y cuidando cada detalle, mezclando tradición y modernidad con toques originales y algo excéntricos... Y es este estilo decorativo en su recepción a la bodega antigua, esta mezcla entre historia y contemporaneidad, lo que vamos a encontrar posteriormente en sus vinos.

La ecléctica decoración distrae de reparar en una estrecha escalera que conduce al sótano, a una amonto-

nada sala de barricas. En este pequeño caos de robles y barros nos disponemos a catar los primeros vinos de la bodega. Sorprende por inusual comenzar con los grandes vinos de la marca, pero el espíritu de distinción y de salirse de la norma se nota hasta en estos detalles.

Comenzamos catando los vinos estrella de la bodega, aquellos que ellos mismos denominan como La custodia, y es que está en el ánimo de los bodegueros custodiar la sabiduría ancestral y el modo de hacer de los vinos de antaño. La variedad de uva principalmente utilizada en sus vinos es la uva verdeja el clon original de la uva verdejo mayoritaria en la zona que ha sido recuperada por la bodega. De fruto más pequeño y piel más gruesa.

Continuamos el recorrido visitando la antigua bodega escavada a mano durante generaciones en la subsuelo de roca, impresionante recorrido por la cueva donde se hacían y almacenaban vinos. Es en esta parte de la visita donde las piedras vienen a contarte la importancia que el vino ha tenido en la vida cotidiana de nuestros antepasados. La sabiduría de siglos está encerrada en esas cuevas, el esfuerzo y sacrificio suplían las técnicas modernas con las que aún no contaban. En esos



lagares, que hoy en día sirven para almacenar añadas pasadas, experimentar con la evolución de los vinos y como ilustrativa visita turística, antepasados de la familia se han dejado literalmente la vida para cuidar su riqueza y sustento, para elaborar lo que entonces era un alimento básico.

Una vez terminada la visita al pasado, llega el momento de trasladarnos a la nueva bodega, situada a escasos 7 km y al mismo tiempo a años de distancia. Es en este punto en el que tenemos el primer contacto con el campo, con la vid. Un edificio moderno de líneas limpias y sencillas rodeado por una inmensa planicie repleta de viñas, en su mayoría plantadas en espaldera.

De nuevo la bodega rescata el pasado para adentrarse en el futuro, siguiendo las tendencias más demandadas en el mercado, utiliza técnicas tradicionales para tener la calificación de ecológico. Destaca entre sus métodos, sus jardines de polinización, con plantas e insectos que ayudan a mantener el equilibrio de la naturaleza y a la proliferación de especies propias de la zona que mantienen alejadas las plagas de las viñas, cumpliendo además una función decorativa junto al edificio principal.

Ya dentro del edificio, una inmensa cristalera rodea la sala de catas, donde de nuevo predominan los materiales de la naturaleza que nos rodea, principalmente madera. De esta forma, y aunque protegidos del exterior, uno se encuentra catando con la impresionante vista de los viñedos, inmerso entre las viñas en comunión con la naturaleza que rodea el edificio.

En esta sala, es donde se prueban los vinos más populares de la bodega, vinos más asequibles y para todas las ocasiones pero manteniendo la calidad y el buen hacer con el que elaboran la alta gama.





1



2



3

- 1.- Ocas en los viñedos
- 2.- Cepa centenaria de Verdejo
- 3.- Uvas de verdejo

# Vinos probados



## Sobrenatural 2017

Recuperando la tradición, este vino se une sin pretenderlo a la corriente actual de vinificación de vinos naturales, es decir, de mínima intervención y sin adición de sulfitos, que contrariamente a la opinión y tendencia generalizada es un vino de larga guarda. De hecho son al menos cinco los años entre elaboración y reposo en botella antes de salir al mercado. De color amarillo dorado, encontramos aromas de manzanilla y paja con toques de limón maduro y manzana asada. Vino complejo en boca, con muchos matices, volumen y persistente.



## La misión 2022

Amarillo brillante a la vista. Aromas a hinojo, hierba fresca, flores blancas y cítricos. En boca destacan las notas terrosas y minerales provenientes de las tinajas de arcilla en las que fermenta parte de vino, que son elaboradas en parte con las arcillas de las mismas parcelas de donde proviene la uva. De esta forma el vino está ligado aún más a su terruño.



## Adorado

De vendimia tardía para concentrar sus azúcares y aumentar al máximo su grado alcohólico, el vino tras crianza de un año en tinajas de barro bajo velo de flor, madura lentamente en un proceso de criaderas y soleras. El resultado es un vino añejo, de color ambarino con marcado aroma a frutos secos y especias, con toques ahumados. Vino complejo y estructurado. Vino con carácter pero delicado y elegante. Su gran persistencia en boca invita a beber más para seguir manteniendo su delicioso recuerdo.



## Menade Verdejo Organic

Amarillo pálido. En nariz destaca por sus notas cítricas de limón maduro y albaricoque. En boca sobresalen más las notas herbales, hinojo y flores blancas. Frescura y acidez amable que no impiden cierto volumen en boca y una grata permanencia en boca. Una referencia, que siendo la entrada de gama de la bodega confirma la intención de hacer buenos vinos.



## Menade Sauvignon dulce

Amarillo pálido con ligeros toques dorados es este original semidulce de Sauvignon Blanc. Aromas de pera almirada y fruta de hueso madura. Estos aromas se confirman en boca. Delicado equilibrio entre su suave dulzor y equilibrada acidez.



1

# INDOCHINA

## BRASA

Texto: Rosario Alonso  
Fotografía: Indochina Brasa



2

**Indochina Brasa**, el más reciente proyecto de María Li Bao y Felipe Bao, surge como un tributo a la innovación dentro de la gastronomía asiática. Ubicado en el exclusivo **La Finca Grand Café de Pozuelo**, este restaurante ofrece a sus comensales una experiencia culinaria única, donde la tradición milenaria de la gastronomía asiática se encuentra con la potencia y el sabor inconfundible de la cocina a la brasa.

**La Finca Grand Café**, el nuevo epicentro gastronómico de Madrid, ha sido concebido para que el cliente viva experiencias nuevas y únicas en un espacio de lujo y modernidad. Con sus 10.000 m<sup>2</sup> de superficie, distribuidos en tres plantas, y sus 600 plazas de aparcamiento, este centro comercial no es solo un destino de compras, sino un lugar donde la gastronomía cobra vida en su máxima expresión.

Dentro de este vibrante entorno, Grupo China Crown brilla como una de las propuestas más destacadas. Este grupo, conocido por su compromiso con la proyección de la gastronomía asiática en España, ha elegido este espacio para expandir su oferta con dos de sus conceptos más refinados: **Indochina Brasa y Tottori**. Mientras Tottori trae la esencia de la cocina nipona con un ticket medio de 50-60 euros, Indochina Brasa propone un viaje por los sabores de Asia, con un enfoque especial en la cocina a la brasa, todo ello en un rango de precios de 40-50 euros por comensal.

## La Cocina de Indochina Brasa: Tradición y Modernidad en Perfecto Equilibrio

Indochina Brasa se define por su capacidad para equilibrar lo tradicional con lo moderno. Su carta, extensa y meticulosamente elaborada, invita a los visitantes a un viaje culinario que recorre la riqueza cultural de Asia, pero siempre con un giro hacia la cocina a la brasa. Este enfoque no solo realza los sabores, sino que también aporta un toque contemporáneo a recetas que han sido parte de la cultura asiática durante siglos.

Entre sus elaboraciones más destacadas se encuentran los **rollitos braseados rellenos de setas shiitake y verduras**, un plato que combina la suavidad de las setas con el toque crujiente que aporta la brasa; **los rollitos de Pato Pekín**, que ofrecen una versión innovadora de un clásico asiático; **las cintas de arroz al estilo cantonés salteadas con ternera y verduras**, un plato que celebra la riqueza de la cocina cantonesa; el **kai satee**, brochetas de pollo en salsa de cacahuets que deleitan con su combinación de texturas y sabores; y su **arroz crispy kubak con chipirones y caldo de verduras**, un plato que sorprende por su presentación y su intensidad de sabor.

Uno de los platos estrella que Indochina Brasa lleva a LaFinca Grand Café es el **Pato Imperial Beijing**, un manjar que mantiene viva una receta originaria del siglo XV. Este plato fue el más codiciado por la dinastía Ming, que gobernó el Imperio Chino entre los años 1368 y 1664, y su cuidada elaboración de más de cinco horas refleja el compromiso del Grupo China Crown con la autenticidad y la excelencia gastronómica. La ceremonia de su servicio en mesa convierte cada comida en una experiencia que trasciende lo culinario, haciendo de este plato la opción ideal para quienes desean sumergirse en la verdadera esencia de la cocina asiática.



- 1.- Vista de la sala del restaurante
- 2.- Tomates a las brasas
- 3.- Chuletón de vaca
- 4.- Reservado del restaurante





1



2



3

## Un Espacio Diseñado para Encantar

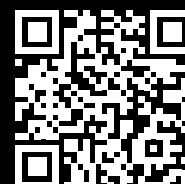
El diseño del restaurante, obra de la interiorista **Alejandra Pombo**, cautiva desde el primer momento. Los grandes ventanales, que ofrecen vistas panorámicas del campo de golf, inundan el espacio de luz natural, creando un ambiente amplio y acogedor. Con más de 700 metros cuadrados, **Indochina Brasa** no es solo un restaurante; es el escenario perfecto para una amplia variedad de eventos y celebraciones, desde bodas hasta reuniones corporativas. Sus salones privados ofrecen el ambiente ideal para ocasiones memorables, donde cada detalle es cuidadosamente atendido para garantizar que cada evento sea verdaderamente especial.

En definitiva, **Indochina Brasa** en LaFinca Grand Café se alza como un destino gastronómico imprescindible en Madrid. Su propuesta, que fusiona la tradición culinaria asiática con la modernidad de la cocina a la brasa, ofrece a los comensales una experiencia rica en sabores y aromas. Con su cuidadosa atención a la calidad y la autenticidad, y su capacidad para ofrecer un espacio versátil y elegante, Indochina Brasa promete no solo deleitar el paladar, sino también crear momentos inolvidables.

Así, **Grupo China Crown** reafirma su posición como líder en la escena gastronómica madrileña, trayendo lo mejor de la cocina asiática a un público que busca algo más que una simple comida: una verdadera experiencia cultural.

- 1.- Pan Bao de chipirones
- 2.- Pato Imperial laqueado
- 3.- Hamburguesa de vaca vieja

**INDOCHINA**  
BRASA







Alcachofas a la brasa



Chuleta de ternera gallega

# Asador Gonzaba

## La Parrilla Gallega que Conquista Madrid

Texto: Redacción Fotografía: Asador Gonzaba

El reconocido asador, inaugurado en Santiago en 1976 y con tres sedes en Galicia, ya está en Madrid, en el corazón del barrio de Salamanca. Su oferta: una selección de carnes, pescados y mariscos selectos de Galicia, destacando su famoso chuletón, emblema de la casa, para deleitar a los aficionados a la parrilla. Este establecimiento, símbolo de la gastronomía, es apreciado por su esmero en las carnes y pescados a la brasa, llevando ahora su tradición y excelencia culinaria a la capital española.

### Un Legado de Sabor

Fundado originalmente en Santiago de Compostela, Asador Gonzaba ha crecido hasta contar con tres sucursales en Galicia antes de dar el salto a Madrid. José Fernández, el visionario detrás del éxito del asador, junto a su mujer y socia Nicolý Miranda, han trabajado incansablemente para crear un espacio donde la calidad del producto y la pasión por la parrilla se encuentren en perfecta armonía.

### Un Espacio Único en el Corazón de Madrid

El nuevo local de Gonzaba en Madrid, situado en el número 103 de la calle Hermosilla, es un espacio impresionante de 800 m<sup>2</sup> distribuidos en dos plantas. La reforma, llevada a cabo por el arquitecto Alfonso Azqueta y decorada por el estudio Las 2 Mercedes, combina la elegancia contemporánea con toques rústicos que evocan la tradición gallega. En la planta baja, el ambiente de un asador moderno se mezcla con elementos clásicos como cestos antiguos y paredes tratadas con pigmentos naturales. La planta superior, por otro lado, recuerda a un salón burgués con grandes ventanales y obras de arte contemporáneo, creando un ambiente acogedor y sofisticado.



Bogavante de la ría aliñado con su vinagreta



Vista de la sala

Lubina salvaje



## La Propuesta Gastronómica: Un Viaje de Sabores

El menú de Asador Gonzaba en Madrid mantiene la esencia de sus predecesores gallegos. Las brasas son los protagonistas indiscutibles de la oferta culinaria, con una selección de carnes y pescados de primera calidad. El chuletón, disponible en diversas variedades como ternera gallega, rubia suprema, black angus, wagyu y buey, es el plato estrella para los amantes de la carne. Los pescados, todos salvajes, incluyen opciones como la lubina, el rodaballo y la palometa roja, perfectos para disfrutar al natural o en elaboraciones más complejas como el rape asado en mantequilla noisette con jugo de carne y manzana verde.

Para comenzar, los comensales pueden deleitarse con entrantes emblemáticos como la ensalada de bogavante, el steak tartar de solomillo con tuétano a la parrilla, y las tostas de anchoa de Santoña con mantequilla ahumada. Las croquetas de jamón y queso de oveja y el jamón ibérico de bellota completan una oferta inicial que promete satisfacer los paladares más exigentes.

## Una Bodega de Excepción

La bodega de Gonzaba, dirigida por el jefe de sala y sumiller Juan Carlos Martínez, ofrece una selección de 400 referencias de vinos nacionales e internacionales. Destacan los vinos gallegos, con una amplia representación de variedades autóctonas tanto en tintos como en blancos. La oferta incluye más de 90 opciones de vinos por copa, gracias al sistema Coravin, que garantiza la perfecta conservación del vino una vez abierto. Este enfoque permite a los clientes disfrutar de una experiencia de maridaje personalizada y adaptada a cada plato del menú.

## La Experiencia Completa

Más allá de la comida y el vino, Asador Gonzaba se distingue por su atención al detalle y su compromiso con la excelencia. La decoración del local, cuidadosamente pensada para ofrecer una experiencia visualmente agradable, y la atención personalizada del equipo, aseguran que cada visita sea memorable. Los postres caseros, como la torrija caramelizada con toques de vainilla y la tarta de queso con dulce de leche, ponen el broche de oro a una experiencia culinaria que celebra lo mejor de la tradición y la innovación.

En palabras de José Fernández, *"Madrid siempre ha sido una ciudad apasionada por la buena comida, y estamos emocionados de traer un pedazo de Galicia a este vibrante escenario gastronómico."* La apertura de Asador Gonzaba en Madrid no solo marca un hito en la expansión de esta renombrada parrilla, sino que también enriquece la ya diversa oferta culinaria de la capital.

Con su llegada a Madrid, Asador Gonzaba no solo trae su reputación y sus platos emblemáticos, sino también una propuesta que promete convertirse en un referente para los amantes de la buena carne y los pescados a la brasa. Sin duda, una visita a este nuevo asador es una cita obligada para los gastrónomos y aficionados a la parrilla en Madrid.



Bogavante gallego vivo

Lingote de foie



Tarta de queso



# Quispe

Un Viaje Sensorial por la Alta Cocina Peruana en el Corazón de Madrid

Texto: Redacción

Fotografía: Restaurante Quispe



**D**esde su apertura en 2018, Quispe se ha consolidado como un referente de la cocina peruana en Madrid. Situado en la calle Conde de Aranda, en el elegante barrio de Salamanca, este restaurante es el buque insignia del grupo de restauración homónimo liderado por César Figari y Constanza Rey. Su propuesta gastronómica, que perfecciona las recetas clásicas peruanas con productos de alta calidad del mercado español, eleva la cocina criolla, nikkei y chifa a la categoría de alta gastronomía.

## Un Concepto Innovador

Quispe es más que un restaurante; es una embajada de la gastronomía peruana en la capital española. Su enfoque se centra en ofrecer una experiencia culinaria inmersiva, donde los ingredientes, sabores y colores autóctonos de Perú se entrelazan con técnicas culinarias de otros países. Los ceviches, tiraditos, causas, makis, nigiris, platos calientes y postres de Quispe ofrecen un recorrido sensorial único por la rica diversidad culinaria del país andino.



Aji de gallina



Tiradito de salmón y maracuyá

Los tiraditos, otra especialidad peruana, se presentan en variantes de atún de almadraba, salmón y maracuyá, corvina y aguacate, y pulpo.

La cocina nikkei también tiene un lugar especial en Quispe, con una selección de makis y nigiris que destacan por su frescura y presentación. Los entrantes peruanos incluyen delicias como las zamburiñas acebichadas a la brasa, el chicharrón de corvina y chipirones, el pastel de choclo con osobuco y espuma de parmesano, y el anticucho de secreto ibérico. Dos ensaladas, la acebichada y la de quinoa y endivias, aportan un toque fresco al menú. Platos Principales y Postres

En el apartado de platos principales, los comensales pueden disfrutar de especialidades como el arroz achupetado de gambón y almejas, el collarín de corvina sudada, el ají de gallina, el seco de asado de tira Angus y los tortellini loche rellenos de zapallo loche. Los postres de Quispe son el broche de oro a esta experiencia culinaria, con opciones como el coulant de chocolate y lúcumas, la tarta de limón, el suspiro a la limeña y la tarta de chirimoya.

### Orígenes y Visión

El ingeniero industrial César Figari llegó a España en el año 2000 para estudiar un MBA en el IE Business School de Madrid. Sin embargo, su pasión por la hostelería, forjada en Perú donde gestionó una de las mayores discotecas del país, le llevó a emprender en el sector gastronómico. Junto a su mujer, Constanza Rey, arquitecta y diseñadora de interiores, han creado un espacio que refleja la esencia de Perú. Constanza es la responsable de la decoración de los locales, infundiendo a cada rincón un ambiente que transporta a los comensales al corazón del país latinoamericano.

### La Propuesta Gastronómica

Ubicado cerca de la Puerta de Alcalá y el Retiro, Quispe es un pedacito de Perú en Madrid. A lo largo de su trayectoria, el restaurante ha tenido varios emplazamientos en la ciudad, siempre manteniendo su esencia de cocina peruana contemporánea. Entre sus platos destacados se encuentran el seco de asado de tira Angus, el arroz con pato y los anticuchos de secreto ibérico. Estos platos, elaborados con técnicas precisas y los mejores productos, ofrecen una explosión de sabores en cada bocado.

### Un Viaje de Sabores

La carta de Quispe invita a un viaje culinario por Perú. Los ceviches son protagonistas indiscutibles, con opciones como el ceviche de corvina clásico, el ceviche apaltado con aguacate y leche de tigre apaltada, el ceviche 'Q' con pulpo troceado y chicharrón de calamar, y el ceviche verde con cilantro.

Tiradito de corvina y aguacate





Arroz con pato



Zamburriñas acevichadas a la brasa

Tarta de queso



### Coctelería y Ambiente

Quispe también destaca por su coctelería, con un pisco bar que ofrece diversas versiones del pisco sour, el trago nacional peruano. Los chilcanos y cócteles de autor completan una oferta que invita a seguir explorando los sabores de Perú.

El local, con capacidad para unos 90 comensales, está diseñado para ofrecer una experiencia íntima y acogedora. La decoración, con colores terrosos y verdes, evoca la vida y la vegetación de Perú, mientras que la terraza cubierta y el enorme tragaluz aportan una sensación de estar al aire libre, en plena selva peruana.

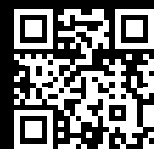
### Embajadores de la Gastronomía Peruana

Quispe no solo destaca por su oferta gastronómica, sino también por sus iniciativas culturales como Quispe Cooks, en las que chefs peruanos invitados colaboran con el equipo local para ofrecer menús exclusivos que celebran la riqueza culinaria de Perú. Estas iniciativas reafirman el compromiso de Quispe con sus raíces y su papel como embajador de la cultura y gastronomía peruana en Madrid.

En palabras de **César Figari**, *"Quispe no solo es un restaurante, es una experiencia que celebra la diversidad y riqueza de la gastronomía peruana."* Este enfoque ha convertido a Quispe en un destino obligado para los amantes de la buena comida y aquellos que buscan una experiencia gastronómica única en Madrid.

Quispe, con su combinación de tradición, innovación y pasión, continúa elevando el estándar de la cocina peruana en España, consolidándose como un referente de la alta gastronomía en la capital.

# Quispe





smartbox  
BUSINESS SOLUTIONS



## El mejor regalo corporativo es regalar experiencias para compartir, vivir y disfrutar.

Regalando momentos inolvidables a través de Cajas Regalo o e-Cajas digitales.

Por este motivo surgió el equipo especializado **Business Solutions en Smartbox Group**, asesorando a empresas y agencias **ofreciendo el regalo perfecto** para agradecer, motivar, fidelizar e incentivar a empleados, colaboradores y clientes, **creando un vínculo único**.



REGALO EVENTOS



CAPTACIÓN



AGRADECIMIENTO



FIDELIZACIÓN

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

@SmartboxBusinessSolutionsSpain

# ALARGA TU VERANO EN LAS ISLAS BALEARES

VUELOS DESDE

**32€**

POR TRAYECTO



[iberiaexpress.com](https://iberiaexpress.com)

IBERIA  
**EXPRESS** 

Precio mínimo por trayecto reservando ida y vuelta a través del Club Express en [iberiaexpress.com](https://iberiaexpress.com).  
Sujeto a disponibilidad de tarifa