

# top V!AJES

LA PRIMERA REVISTA DIGITAL DE TURISMO Y GASTRONOMÍA  
año XIII - Nº 141 mayo 2023

JERUSALÉN / TRES ITALIAS: ROMA, FLORENCIA, MILÁN / BRETAÑA / VALENCIA / ANGULÊME /



**ESSAOUIRA**  
ANTIGUO PARAÍSO HIPPI

MOTOR / DÍA DE LA MAADRE / HOTELES / GASTRONOMÍA / LIBROS / PISTAS CULTURALES /



QUINTA  
DO RIO TOURO  
[www.quinta-riotouro.com](http://www.quinta-riotouro.com)

Azóia - Sintra - Portugal



# top VIAJES

EDITORIA

Ana Reino

[topviajes@topviajes.net](mailto:topviajes@topviajes.net)

DIRECTOR

José Luis del Moral

[jluis.delmoral@gmail.com](mailto:jluis.delmoral@gmail.com)

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Reino & Delmo

[comercial@reinodelmo.com](mailto:comercial@reinodelmo.com)

DESARROLLO WEB

Sofía Reino

[sofiareino@gmail.com](mailto:sofiareino@gmail.com)

REDACCIÓN

[topviajes@topviajes.net](mailto:topviajes@topviajes.net)

PUBLICIDAD

[topviajes@topviajes.net](mailto:topviajes@topviajes.net)

EDITA



Madrid

La editora no se hace responsable de los contenidos firmados por cada autor, ni tiene por qué compartirlos. Queda prohibida la reproducción total o parcial de la obra.

FOTO DE PORTADA

Essaouira (Marruecos)

© PILAR ARCOS

## SÍGUENOS



La sequía, la falta de lluvias, y el aumento de visitantes en verano llevará aparejado un control del consumo del agua que afectará al sector turístico

VISADO DE ENTRADA

## Turismo sin agua

El puente que comunica el final de abril con el comienzo de mayo es propicio para el turismo interno, en especial para los madrileños, que añaden un pilar más a esa virtual construcción que une días entre festivos. En total, cuatro días que han servido para que los hoteles de las costas valencianas y alicantinas hayan alcanzado el lleno técnico. Una buena noticia, sin duda.

Como también lo es que las previsiones de entrada de turistas en este 2023, señalado como el año de la recuperación 'postcovid', supere los 84 millones, lo que significaría sobrepasar el listón marcado en 2019.

Son cifras que llaman al optimismo en parte, sólo en parte. Hay muchas otras variables que no resultan tan amables, como la amenaza de huelgas en sectores relevantes para la buena o mala marcha del turismo. Por ejemplo, las reacciones de los trabajadores franceses a los planes del gobierno galo de aumentar la edad de jubilación de los 62 a los 64 años preocupan mucho a este lado de los Pirineos. El sector de transportes, al que pertenecen los controladores aéreos, ha amenazado con llevar a cabo diversos paros, lo que supondría la suspensión de numerosos vuelos con destino a aeropuertos españoles.

Hay otras circunstancias negativas que se repiten a menudo en la época veraniega, como la falta de reservas hídricas que registran los pantanos a consecuencia de la falta de nevadas y lluvias. Las primaveras se acortan y los veranos se alargan por ambas fronteras estacionales; también el otoño es más breve.

Es precisamente la estación veraniega la que más escasez de agua sufre, y no sólo por la lógica de ser el periodo del año más seco, sino porque, además, es cuando más demanda de agua se produce. Aparte del aumento de los regadíos, la amable invasión turística lleva aparejado un consumo extra de agua. Los campos de golf, las piscinas y las dos o tres duchas diarias por visitante (millones de visitantes, no lo olvidemos) elevan el gasto de agua, casi hasta el dispendio. Este 2023 no ha sido necesario llegar a los meses de julio y agosto para encontrar zonas con falta de un suministro normal y en las que ya se cubre esa carencia con el uso de camiones cisterna.

Eso de que nunca llueve a gusto de todos ha pasado a ser una frase hecha que carece de valor, porque ahora, hoy, la falta de agua no es buena para nadie.



JOSÉ LUIS DEL MORAL  
Director  
[jluis.delmoral@gmail.com](mailto:jluis.delmoral@gmail.com)

«Sólo los que vagan encuentran nuevos caminos»  
Refrán noruego

VISADO DE ENTRADA

> **Visado de entrada**  
*Turismo sin agua*  
JOSÉ LUIS DEL MORAL PÁGINA 3

DESTINOS

ESPAÑA

> **Valencia**  
Regata solidaria  
y rutas de andar por casa  
PILAR ORTEGA PÁGINA 64

EUROPA

> **Bretaña (Francia)**  
Al vaivén de las mareas  
MANENA MUNAR PÁGINA 38

> **Tres Italías**  
Milán, Roma, Florencia y sus hoteles  
CARLOS SÁNCHEZ REY PÁGINA 52

> **Con historia**  
Angoulême (Francia)  
MIGUEL BLASCO PÁGINA 80

ÁFRICA

> **Essaouira (Marruecos)**  
Un antiguo paraíso hippy más cerca que nunca  
FERNANDO PASTRANO / PILAR ARCOS PÁGINA 6

ASIA

> **Jerusalén (Israel)**  
Tres veces santa  
HERNANDO REYES PÁGINA 24

HOTELES

> **España Exclusiva**  
Casa Palacio Paredes Saavedra  
(Cáceres, España)  
HERNANDO REYES PÁGINA 82

> Hotel La Pirogue (Mauricio)  
DELMO PÁGINA 90  
> Hotel Los Seises (Sevilla, España)  
MANENA MUNAR PÁGINA 94

GASTRONOMÍA

>Cocina saludable (Menú de primavera)  
FERNANDO PASTRANO / PILAR ARCOS PÁGINA 98

> **Restaurantes**  
- LA ROTONDA PÁGINA 102  
- KÖKÖCHIN PÁGINA 104  
- ANNAPURNA PÁGINA 108  
- LA ÚNICA PÁGINA 110  
- THE FITZGERALD PÁGINA 112

> **Bodega**  
> Bodegas y arte  
PILAR ORTEGA PÁGINA 114  
- NOTICIAS PÁGINA 116

PISTAS CULTURALES

> **Antonio Gómez Rufo:** “Azul París es mi mejor novela”  
JOSÉ LUIS DEL MORAL PÁGINA 118

> Planes de ocio para todos  
PILAR ORTEGA PÁGINA 124  
> **Libros** PÁGINA 132  
> **Viñeta**  
ÓSCAR MONTOTO PÁGINA 137

BAZAR

> Propuestas Día de la Madre PÁGINA 138

MOTOR

> NISSAN X-TRAIL E-4ORCE E-POWER  
FELIPE TERUEL PÁGINA 146

> **KM 0**  
*Un nuevo mundo*  
ANTONIO GÓMEZ RUFO PÁGINA 152



LONG BEACH | SUGAR BEACH | LA PIROGUE | AMBRE | ILE AUX CERFS - YOURSUNLIFE.COM

Come Alive

sunlife  
MAURITIUS

# ESSAOUIRA

(MARRUECOS)

Un antiguo paraíso hippie,  
más cerca que nunca



TEXTO **FERNANDO PASTRANO**  
FOTOS **PILAR ARCOS**  
[www.mamaqueroserturista.wordpress.com](http://www.mamaqueroserturista.wordpress.com)

Fue lugar de reunión de los hippies de todo el mundo en los 60 y 70 y hoy, esta meca de los surfistas, se encuentra más cerca de España pues se acaba de inaugurar una ruta aérea directa con Madrid que se completa en menos de dos horas.



Essaouira y sus murallas.



▲ Essaouira desde el puerto pesquero.  
► Hilera de cañones en las murallas de Essaouira.

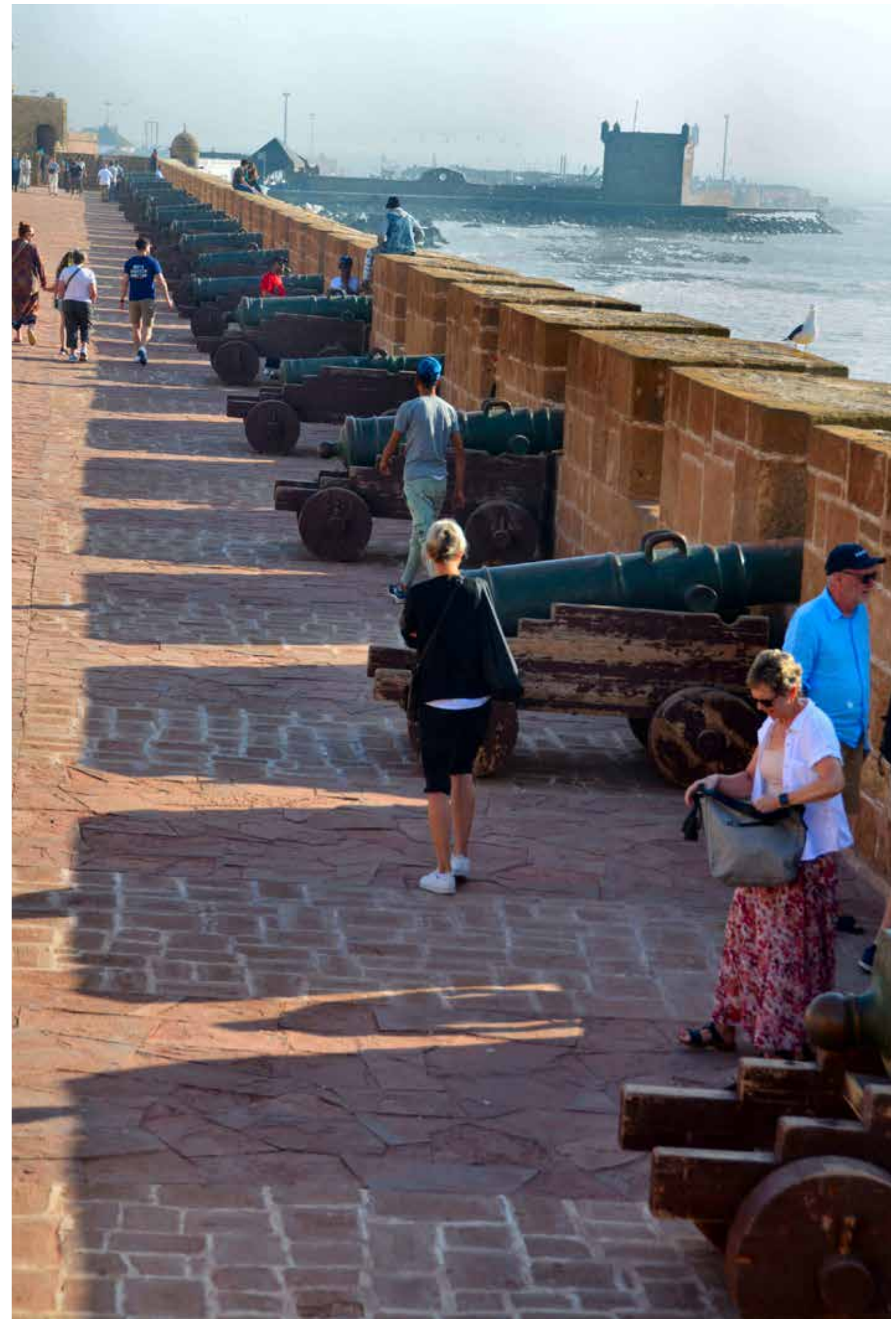
Marrakech es la capital turística de Marruecos. La “Ciudad Roja” atrae desde hace mucho a artistas, intelectuales y famosos. También a turistas. Pero hay muchas otras perlas marroquíes: Tetuán, la española; Chefchaouen, la azul; Rabat, la imperial; Fez, la religiosa; Ouarzazate, la puerta del desierto, y Essaouira, la desconocida. Ciudad portuaria en la costa atlántica, 191 kilómetros al este de Marrakech, casi enfrente de las islas Canarias, Essaouira hunde los cimientos de sus murallas medievales en el mar y sus casas encaladas, con los dinteles de las ventanas azules, le confieren un aspecto inconfundible. Algún español la ha comparado con Peñíscola, símil poco exacto pero que sirve para hacernos una idea.

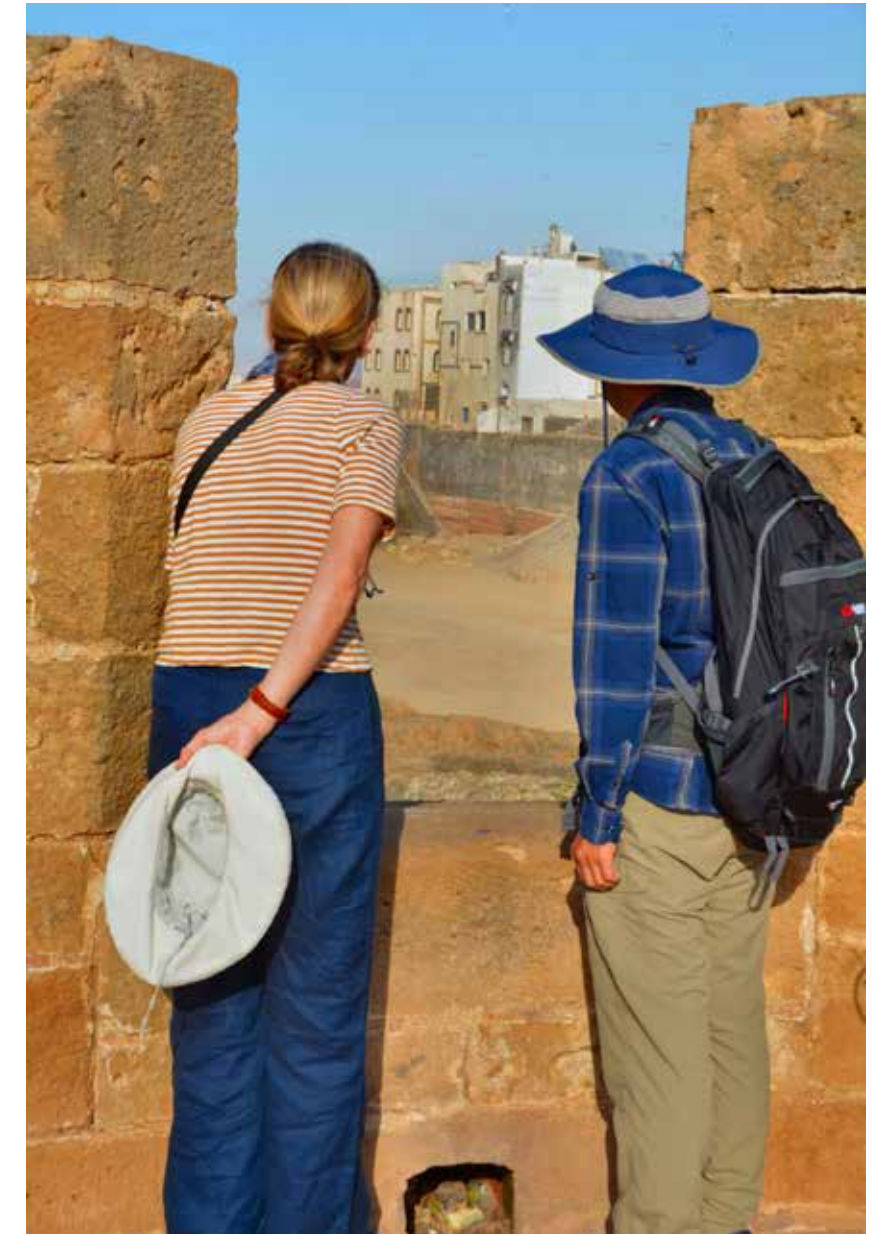
Fue paraíso hippie en los 60 y 70 y hoy, esta meca de los surfistas de todo el mundo, se encuentra más cerca de España pues se acaba de inaugurar una ruta aérea

directa con Madrid que se completa en menos de dos horas.

Antiguamente fue la bereber Amogdul (La Bien Guardada), a la que los portugueses llamaron Mogdura, los españoles Mogadur y los franceses Mogador, y prevaleció el nombre francés, como ha pasado en muchos otros casos. El galicismo “minarete”, por ejemplo, se ha impuesto a “alminar”, o “muecín” a “almuédano”. Y como dice la trotamundos Sarah Gilbert en la guía *Marruecos* de Lonely Planet, fue el sultán Sidi Mohammed Ben Abdallah quien, complacido por las reformas urbanísticas de los franceses, cambió el nombre de la ciudad por el de Essaouira que significa “La Bien Diseñada”:

Cuando estuve en Essaouira hace justo veinte años ya abundaban las galerías de arte de diferente catadura, algunas bastante interesantes, otras perfectamente evitables, todas peculiares. A finales de los





setenta era un pueblito de pescadores con media docena de teterías. Hoy, después de la pandemia, sus 70.000 habitantes se preparan para recibir un turismo masivo y hay calles que son una sucesión de tiendas y restaurantes sin solución de continuidad. Pero todavía es una ciudad amable, que se puede recorrer a pie sin que nadie te persiga para que compres “barato, barato” un souvenir.

Patrimonio de la Humanidad desde 2001, las referencias a Essaouira más antiguas son de la época de los fenicios. En el siglo XVI

Portugal construyó el fuerte que aún se conserva en muy buenas condiciones y que también pasó por manos españolas. Durante muchos años fue el único puerto marroquí abierto al comercio internacional y a mediados del siglo XVIII los franceses la urbanizaron siguiendo patrones racionalistas. La mayoría de sus calles forman una cuadrícula en la que el visitante es muy difícil que se pierda. Dicen que es la única ciudad antigua de Marruecos construida sobre planos.

En los años 60 del siglo pasado, en pleno “flower power”, llegaron

▲ Essaouira y sus gaviotas.

► Dos turistas contemplan Essaouira desde una almena de su muralla, mientras otros pasean ante una tienda de especias.





los primeros hippies. Buscaban y encontraron tranquilidad y permisividad. Buen tiempo y kif barato y asequible. Como dijo Valle Inclán en *La pipa de kif* (1919): “¡Oh! marihuana, verde neumónica,/ cannabis indica et babilónica”. Y al frente de esos melenudos llegó en 1969 el músico norteamericano Jimi Hendrix. Sólo estuvo unos días procedente de París y con destino al festival de Woodstock, pero dejó huella. Todavía lo recuerdan e incluso hay un café que lleva su nombre.

La medina de Essaouira es la ciudad intramuros. Edificios azules y blancos hasta de cuatro pisos, relativamente altos en comparación con otras medinas marroquíes. Calles bastante limpias y tranquilas. El viajero puede pasear sin sentir la sensación de inseguridad. Como me dijo un ssuiris (gentilicio de Essaouira), “Aquí si robas a un marroquí te condenan a tres meses, pero si robas lo mismo a un extranjero, te condenan a un año”.

La forma más habitual de entrar en la medina es por la Bab Marrakech (Puerta de Marrakech), hasta allí llegan los

◀ ▲ Castillo y puerto pesquero de Essaouira.



La medina de Essaouira es la ciudad intramuros: edificios azules y blancos hasta de cuatro pisos, relativamente altos, en calles bastante limpias y tranquilas

Durante muchos años, Essaouira fue el único puerto marroquí abierto al comercio internacional. A mediados del siglo XVIII fue urbanizada por los franceses





- ◀ Puerta de entrada a la muralla.
- ▲ Calle Mohamed Zerkouni.
- ▶ Tienda de objetos de cuero y esparto.

coches y no pueden pasar al casco viejo. Hay otras dos puertas, Bab Sbaa y Bab Doukhala. En la avenida Oqba Ben Nafi está la Torre del Reloj, faro urbano visible desde casi cualquier lugar de la medina, que sirve para orientarnos y para quedar con alguien. Construida en los años 20 del siglo pasado, "El Big Ben", como la llaman los locales, es parte de la mezquita Ibn Youssef, la más grande de la ciudad.

La mayoría de lo que se vende en la medina tiene marcados los precios, pero eso no significa que no se regatee, aunque las variaciones entre lo que se pide y lo que se ofrece no son tan grandes como en otros zocos de Marruecos.

Dentro de la Medina no venden alcohol, la proximidad de las mezquitas impide que se pueda comprar ni una cerveza. Es lugar para el paseo, el té verde con hierbabuena y la contemplación de gatos, centenares de gatos, los





auténticos señores del lugar, melancólicos e indolentes, tristes y azules.

Los vientos alisios del Atlántico suelen romper con fuerza contra las Murallas (Remparts en francés). Sus baluartes y sus lienzos, en los que todavía hay una veintena de cañones portugueses y españoles, han sido escenario de películas como *Otelo* (1951) de Orson Welles y más recientemente representaban a As-tapor en *Juego de Tronos*. Dicen que si miras hacia el mar a través de la bruma del atardecer, verás barcos piratas acercándose entre halcones de eleonor.

Hasta la llegada del turismo, la pesca

fue la principal fuente de ingresos de la ciudad. Todavía es una actividad importante como lo demuestra su gran puerto pesquero en constante desarrollo. Barcas de madera, todas pintadas de azul, multitud de gaviotas patiamarillas que van a ver qué pillan y con las que parece que vamos a chocar a cada paso, puestos en los que las barcas descargan merluzas, lenguados, anguilas, incluso marrajos (tiburones de aleta corta), pero sobre todo sardinas, muchas sardinas. Está sucio y huele mal pero es imprescindible su visita, sobre todo si te gusta la fotografía. Algunos locales compran pescados y se

▲ Restaurante *Three little birds* en la calle Sidi Mohamed Ben Abdellah.

► El Autentique Riad, un hotel tradicional en la calle Oqba Ben Nafii.





▲ Mercado de pescado en la medina.  
▼ Puesto de fresones.



▲ Puesto de melones en plena czalle de la medina. ▼ Las capturas del día, a la venta en un puesto de pescado.



los hacen a la plancha en chiringuitos cercanos. Después de la pandemia, los extranjeros no se atreven a tanto.

Cinco kilómetros al sur de la ciudad está el pueblo, ya casi un barrio, de Diabat. Al borde de la carretera llama la atención por sus colores chillones el Café Jimmi Hendrix. Hay muchas pinturas murales con retratos más o menos afortunados del músico, pero ninguna foto en la que se le vea en ese lugar en el que, según afirman sus propietarios, se tomó un té. Si bien las visitas a Marruecos de otros músicos de la época como Jim Morrison, Paul McCartney, los Rolling Stones, Frank Zappa, Robert Plant o Cat Stevens están perfectamente documentadas, el misterio planea sobre la estancia de Hendrix en Diabat.

Entrando en el desierto llegamos a las ruinas del Palacio Dar Sultan, casi enterrado en la arena, residencia de Moulay Abderrahmane Khalifa, máximo dirigente de Mogador entre 1822 y 1858. Se dice, de nuevo los rumores, que esta construcción inspiró a Hendrix para escribir la canción *Castles Made of Sand*, pero si se investiga un poco se descubre que la canción fue publicada dos años antes de que Hendrix llegase a Essaouira. ●



Guía Práctica / Recomendaciones

CÓMO LLEGAR

Hasta ahora, la forma habitual de llegar a Essaouira era por carretera desde Marrakech (191 km.). Desde el pasado 27 de marzo, Ryanair ha establecido una ruta aérea que une Madrid con Essaouira en menos de dos horas.

DÓNDE DORMIR

Hay muchos y buenos hoteles. El **Sofitel Essaouira Mogador Golf & Spa** (<https://all.accor.com/hotel/7145/index.es.shtml>) es un hotel de 5 estrellas a 4,5 km. de Essaouira, no está lejos, pero sí lo suficiente apartado para gozar de un remanso de paz. Dispone de minibuses que van a la ciudad cada hora. Aunque fue inaugurado en 2010 nadie lo diría, un excelente mantenimiento hace que se vea como nuevo.

Su director, Nabil Benjelloun, se define como "dog lover" en su cuenta de Instagram, algo que se deja ver en las numerosas figuras de perros de poliéster que se encuentran por los lugares comunes del hotel. Benjelloun nos cuenta que tiene en casa nueve perros de verdad y asegura que el hotel es una mezcla de lujo francés y espíritu cosmopolita.

Desde sus 175 habitaciones (algunas de 46 m²), siete suites y 28 villas se tienen magníficas vistas a las piscinas, al campo de golf Mogador (18 hoyos en 580 Ha. diseñado por Gary Player) y a la playa. La decoración de las habitaciones del diseñador francés Didier Gomez, combina colores intensos, maderas exóticas y motivos árabes. Todas disponen de las exclusivas camas Sofitel MyBed.

Los jardines tropicales, por los que se pasean varios pavos reales, han sido diseñados por la arquitecta paisajista francesa Isabelle Linski, y el agua de riego proviene de Jardins Filtrants, una solución ecológica para el



Todo listo para un té a la menta en el Sofitel.

tratamiento de aguas residuales. Muy diferente, pero también interesante es el **Riad Zahra** ([www.riadzahra.com/](http://www.riadzahra.com/)) un hotel con encanto de solo 23 habitaciones, situado en la zona residencial de Essaouira, a dos minutos de la playa y a 20 minutos a pie de la medina, re-

gentado por el español Xavier Panades.

QUÉ Y DÓNDE COMER

Además de en los dos restaurantes del hotel Sofitel, el Cafe Kashba (bufé) y el Atlantique (a la carta) con una agradable terraza junto a la piscina, otra opción interesante es el Mega Loft by OthmanChic (Av. De l'Istiqlal 35, tel. +212 613-981987). Es un nuevo estilo de local en Essaouira que une café, restaurante, galería, tienda y showroom, creado por Othoman, un emprendedor treintañero que ha pasado de vendedor callejero a propietario de lo que él denomina "un resto-cafe-bar and more". Lugar diferente donde se da cita la movida essaouireña. Un edificio de tres pisos y azotea con una decoración ecléctica en la que tan pronto están colgadas de las paredes decenas de maletas, como te sientas a comer bajo una antigua silla de odontología. Comida marroquí-europea muy interesante. Yo tomé una excelente sopa de lentejas con aceite de argan y el pescado del día, que resultó ser un San Pedro (parecido al rodaballo) con verduras al vapor. Todo ello con una cerveza Casa-

blanca, la mejor de Marruecos, aunque también fabrican en este país otras dos pale lager, la Stork y Flag Speciale. "

MÁS INFORMACIÓN

Turismo de Marruecos  
[www.visitmorocco.com/es](http://www.visitmorocco.com/es)

# Di adiós al aburrimiento mientras vuelas.

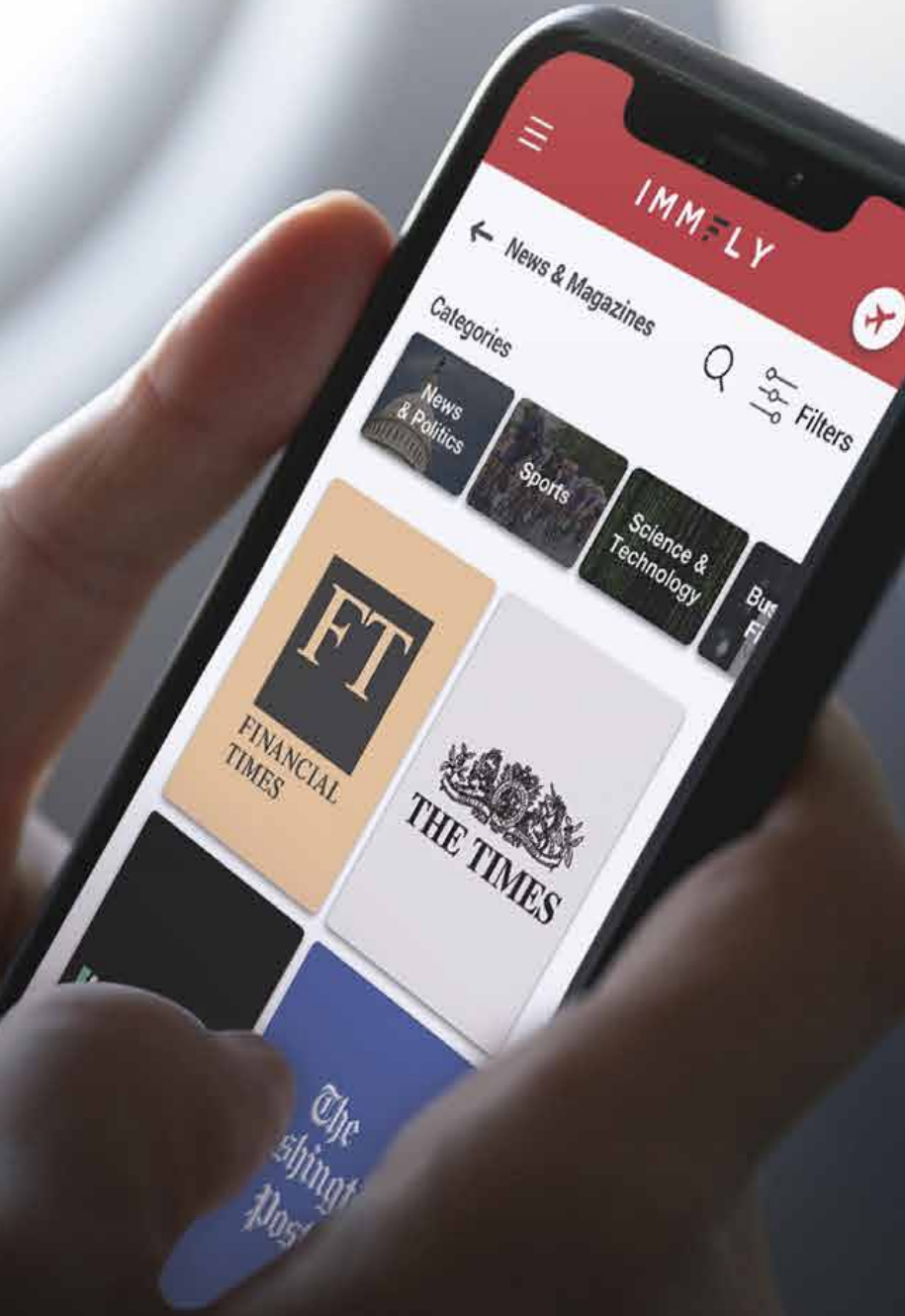
Immfly es la plataforma de servicios digitales y entretenimiento a bordo que te permite sacar el máximo partido a tu vuelo con:

- Películas
- Programas & series
- Guías de viaje
- Música
- Prensa & revistas
- Juegos
- Y mucho más

Activa el modo avión en tu móvil, tablet o portátil; accede a nuestra red y disfruta de un **viaje entretenido**.

[www.immfly.com](http://www.immfly.com)

Servicio disponible en vuelos seleccionados.





El Muro de las lamentaciones.



TEXTO **HERNANDO REYES ISAZA**

[www.altum.es](http://www.altum.es)

FOTOS **ALTUM**

Con una carga espiritual como ninguna otra ciudad del mundo y situada entre los montes de Judea, el mar Mediterráneo y la ribera norte del mar Muerto, Jerusalén es sagrada para el judaísmo, el cristianismo y el islam. A través de diez paradas imprescindibles recorreremos siglos de historia despojados de prejuicios y dispuestos a disfrutarla en todo su esplendor.

# JERUSALÉN

**TRES VECES SANTA**

Independientemente de la creencia religiosa que se tenga, Jerusalén es una ciudad que no deja indiferente a nadie. Sagrada para las tres religiones monoteístas del mundo, es hermosa, fascinante y, si se me permite, a veces contradictoria. Y es precisamente ese conjunto el que genera diferentes emociones y diversos sentimientos en cualquier recorrido que por ella se haga, porque de alguna manera, visitar Jerusalén es como viajar en el tiempo.

**La Ciudad de David**

Cuenta la historia que el arpa era inseparable de David, el rey que llegó a la cima de una colina para establecer en ella hace más de 3.000 años la capital de las tribus unificadas de Israel. Con el paso del tiempo este asentamiento fue viendo cómo crecían los alrededores de Jerusalén hasta terminar siendo sepultado por la gran ciudad. Al llegar a este recinto arqueológico, la bienvenida, como no puede ser de otra manera, vie-

ne dada por el arpa del rey David, como si quisiera anunciar con su música la maravilla que vamos a visitar...

En 1860 se iniciaron las excavaciones que terminaron hace pocos años, y cuya visita nos pasea por la historia de la ciudad ilustrando el recorrido con artefactos excava-

**Al llegar al asentamiento de lo que sería Jerusalén, el arpa de David nos da la bienvenida**



▲ El arpa del rey David. Ciudad de David.



Puerta de Damasco.

**Cualquier recorrido que se haga por Jerusalén es como realizar un viaje en el tiempo**

dos y estructuras de diferentes períodos, entre ellas las del propio palacio de David.

Más que interesante resulta recorrer el túnel de agua de Ezequías, una maravilla de la ingeniería que utiliza la graduación natural de la tierra para el transporte del agua y que abastecería del preciado bien a la ciudad durante más de mil años.

**Cuatro barrios**

La Ciudad Vieja de Jerusalén, el epicentro de la urbe, está dividida



▲ Iglesia de María Magdalena.



Mercado de las especias Mahane Yehuda. ▲



Hogar de una familia judía ortodoxa.



Rezo en el Muro de las Lamentaciones.



Espectáculo de luz y sonido en la Torre de David.

en cuatro barrios: el judío, el musulmán, el cristiano y el armenio; fue declarado Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 1981 y cada paso que en él se da hace retumbar la historia como en ningún otro lugar, son pasos de complejidad religiosa (o quizás de fe), de encuentro con los siglos y, por supuesto, motores de una actividad sensorial nunca imaginada.

Creemos que dejarse perder por este laberinto de calles estrechas es una opción más que válida para empaparse de un ambiente único y peculiar en el que los protagonistas son los fieles de todas las religiones, razas y culturas. Al fin y al

cabo, en cada uno de los barrios están sus colonos y sus representantes, y en ellos, tiendas de recuerdos, artesanos, mercados y una innumerable cantidad de restaurantes que contribuyen a dar identidad a este fascinante crisol cultural.

### ***El Muro de las Lamentaciones, lugar sagrado de los judíos***

La llamada Explanada de las Mezquitas tiene nueve puertas y los musulmanes son los únicos que pueden acceder por todas las entradas, el resto de los mortales hemos de hacerlo por una gran pasarela de madera. Este es el lugar en el que estuvo el Templo de Salomón, el que

***La Ciudad Vieja de Jerusalén es Patrimonio de la Humanidad desde 1981***



Cúpula de la Roca.



Judío en el muro de las lamentaciones.

### ***La pared occidental que quedó en pie tras el destroz del Templo de Salomón es hoy el Muro de las Lamentaciones***

fuera destruido por Nabucodonosor II en el 586 a.C. dando inicio al exilio judío a Babilonia. Unos años después se reconstruyó el Segundo Templo que tras ser derrumbado por los romanos del emperador Vespasiano en el 70 d.C. consiguió mantener en pie solamente su muro occidental, justamente es esa inmensa pared la que hoy conocemos como el Muro de las Lamentaciones, el lugar de plegaria más importante para los judíos.

#### ***Reglas para respetar***

Al llegar a él se han de separar los hombres de las mujeres, ellos a la izquierda y ellas a la derecha. Nosotros, los varo-

nes, debemos cubrir nuestra cabeza con la kipá, ese gorrito judío que simboliza que somos seres inferiores y que por lo tanto estamos por debajo de Dios.

Aquí rezan, cantan salmos, leen libros y se balancean con fe y cierto misticismo. Se pueden hacer fotografías siempre y cuando el respeto sea el hilo conductor y muchos optamos por escribir una petición en un papel para luego insertarlo entre las uniones de las piedras del muro. Esta calle de la Ciudad Vieja es un sende-

ro de más de dos kilómetros que según la tradición cristiana fue el realizado por Jesús desde que Poncio Pilatos lo condenara a muerte hasta llegar al Gólgota, donde fue crucificado y donde hoy se encuentra el Santo Sepulcro. En este recorrido sagrado, que se conoce como Vía Dolorosa, las distintas paradas que hizo Jesús están señalizadas y llama la atención la marca en la pared que hay en la cuarta estación, que según los creyentes es la mano del propio Jesucristo, así como los fieles que rezan feblemente en cada paso del viacrucis.

#### ***El Santo Sepulcro***

Fue en el año 325 bajo el go-

bierno del emperador Constantino cuando se inició la construcción de este edificio que alberga los lugares en donde tuvieron lugar la crucifixión y la resurrección de Jesús, así como su sepulcro. Lo que hace a este templo tan particular es quizás el hecho de que tenga rincones de culto tanto para católicos como para ortodoxos y armenios. El visitante puede introducir la mano en el sitio exacto en que fue clavada la cruz de Cristo, y ya que estamos, esa mano también puede acariciar la "piedra de la unción" que se encuentra justo a la entrada, y sobre la que descansó el cuerpo ya sin vida del hijo de Dios, según los cristianos.

### ***Obra maestra de la arquitectura islámica***

El edificio Qubbat el Sakkra, del siglo VII, conocido popularmente como la Cúpula de la Roca, se considera una obra maestra de la arquitectura islámica, su planta es octogonal y los decorados que revisten paredes y fachada están hechos con mosaicos y mármoles. Aunque habitualmente es un lugar de oración para los musulmanes no fue concebido inicialmente como una mezquita, su propósito original era conmemorar la victoria del Islam, que completa la revelación de los otros dos credos monoteístas, y competir en esplendor y magnificencia con los grandes santuarios cristianos.



▲ Entrada al Santo Sepulcro.  
▼ Maqueta de la ciudad y el Templo de Salomón en el Museo de Israel.





Detalle de la iglesia del Santo Sepulcro.

Es un relevante lugar de fe para el islamismo pues desde la roca que se alberga en su interior el profeta Mahoma se elevó a los cielos para recibir la primera revelación del arcángel Gabriel. Según la tradición, en la roca se quedaron grabadas las huellas del Al Borak, el caballo mitológico de Mahoma.

**La Jerusalén imaginada**

Esta ciudad que se ha adaptado a tantos tiempos históricos sin perder ni su importancia ni su valor simbólico tiene muchas facetas y demasiadas lecturas. Quizás el mejor lugar para observarla en todo su esplendor y ver esa estampa que siempre de ella ha tenido el inconsciente colectivo, sea el Monte Scopus o Monte de los Observadores. Este sitio

**La Cúpula de la Roca no fue construida para ser mezquita, sino para conmemorar la victoria del islam y competir con los monumentos cristianos**

fue antiguamente un emplazamiento estratégico militar, posteriormente Vespasiano lo eligió para instalar su campamento antes de atacarla y en el siglo XX las tropas británicas lo utilizaron como observatorio desde el que controlar la ciudad. Hoy en día, además de albergar la Universidad Hebrea, ofrece esa estampa de la Jerusalén siempre imaginada.

**Una experiencia tridimensional**

En el barrio armenio se puede vivir una experiencia única en la misma Torre de David,

donde también existe un museo que narra la historia de la ciudad a lo largo de varias salas. Una historia que por las noches cobra vida sobre las mismas murallas de Jerusalén gracias a un espectáculo láser con animación, diseño gráfico avanzado y sofisticados métodos de edición; una experiencia tridimensional que hace que las imágenes cobren vida en este alcázar en el que se instalara el Rey David.

**Un mercado lleno de arte callejero**

Hay que visitar el mercado Mahane Yehuda cuando está abierto y también cuando está cerrado. Y es que si de día permite tomarle el pulso a la realidad cotidiana y a los hábitos de consumo y culinarios de la ciudad, por las tardes,

cuando cierran los puestos y se bajan las rejas metálicas, todo parece convertirse en un museo de arte callejero. Es el ingenio del artista Solomon Souza el que con aerosoles de colores pinta las rejas de los puestos de frutas, verduras, dulces o frutos secos de personajes históricos: Einstein,

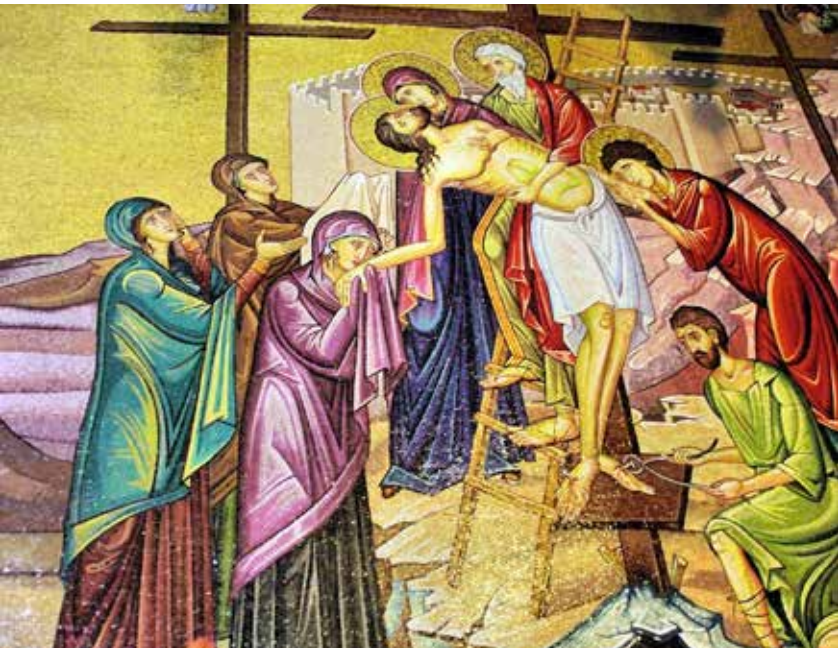
**El artista Salomon Souza es el artífice de las pinturas sobre las rejas de los puestos del mercado Mahane Yehuda**

Gandhi, Spielberg, Maimónides, Golda Meir o Ben Gurion; toda una atracción a tener en cuenta.

**Tesoros y más tesoros**

El Museo de Israel, una embajada de la cultura en toda regla, es también una de las dos instituciones del país que debe su existencia a un programa de filantropía internacional. Probablemente su más preciada joya sean los manuscritos del mar Muerto, el documento bíblico hallado más antiguo del mundo, una grandísima herramienta para entender la historia del judaísmo y la aparición del cristianismo. Además, cuenta con una soberbia colección arqueológica, salas con objetos ceremoniales judíos, muestras etnográficas judías, una sustanciosa galería de arte y un jardín repleto en esculturas contemporáneas. ●

<https://es.goisrael.com/>



▲ Descenso de la Cruz. Vistas de la ciudad desde el Monte Scopus. ▼



▼ Obra de Solomon Souza en el mercado. ▼ Nomenclaturas de las calles de Jerusalén. Venta callejera.



# BRETAÑA

(Francia)

Al vaivén de las mareas



TEXTO Y FOTOS **MANENA MUNAR**  
[www.laventanademanena.es](http://www.laventanademanena.es)

**Las mareas dirigen la vida de los bretones, que viven pendientes de ellas, de lo que ocultan y de lo que muestran con el vaivén del mar.**

*Las mareas dibujan la costa de Bretaña.*



Casas de entramado de madera de Rennes.

El río Vilaine, que divide a Rennes, fue en otros tiempos una ruta de comercio hasta su sustitución por el ferrocarril y hoy es un espacio fluvial perfecto para navegar en kayak o bordearlo por sus rutas ciclistas. Ciudad universitaria, los estudiantes tienen presencia destacada en las calles, por las que se desplazan en bicicleta. El Parlamento testimonia a Rennes como capital administrativa de Bretaña, mientras que su Palacio de Comercio es sede de la Oficina de Correos y la Bolsa. Ineludibles son, en cuanto a su huella religiosa, la Basílica de San Salvador y la "inacabada" de Notre Dame de Bonne-Nouvelle. Sin olvidar la de Santa Teresa, que presume de ser

**Pocas casas con el tradicional entramado de madera sobrevivieron al devastador incendio de 1720**

una obra maestra de *art déco*. La Opera, el Ayuntamiento y un Tío Vivo vintage se asientan en la Plaza de Mairie. Como edificios de nuevo perfil es necesario mencionar el residencial de Cap Mail, obra de Jean Nouvel, y el de Les Champs Libres, diseñado por Christian de Portzamparc, que alberga el Museo de Bretaña, el Espacio de las Ciencias y la Biblioteca de la Metrópoli.

***La huella del estilo 'art déco'***

Al pasear por las calles medievales se observan las casas con entramados de madera que sobrevivieron al incendio de 1720, especialmente las de la calle de Chapitre por la que se aspira el aro-



Cruz de Point du Decolle.



Las mareas transforman Saint Malo de isla en península.

ma de sus restaurantes y la de St. Michel, o calle de la soif (la sed), donde probar la sidra, bebida por excelencia de Bretaña. Un alto en el camino permite echar un vistazo al mercado de la Plaza de Lices y a la Plaza de Champ-Jacquet en pleno casco histórico. A la hora de comer es necesario probar en alguno de sus muchos puestos un crep de salchicha, típico de la ciudad. Hay que ver la piscina municipal de Saint George para comenzar a conocer y entender la obra de mosaicos de Isidore Odorico que se encuentran en los suelos y las paredes de Rennes. El culmen de su creatividad está en su casa art-déco en la que sobresale la pared del cuarto de baño, con un mosaico impresionante, pero también los de la escalera.

**Rennes, a ritmo de rock**  
Rennes fue la cuna del rock francés, cuando a finales de los años 70, de la mano de la new wave, surgieron grupos de la categoría de Marquis de Sade, Marc Seberg o Les Nus. Durante los 80 pasó a un pop atemporal. Pero en la

**Algunos locales de Rennes lucen mosaicos de Isidore Odorico en el suelo o las paredes**

década de los años 90 aparecieron nuevos artistas, incluso de reggae o punk. Últimamente han apostado por el estilo celta de Les Ramoneurs de Menhirs, entre otros. En los garitos de rock, como Le bistro de la cité, se pasa en grande con sus conciertos en vivo. En la búsqueda por la ciu-



La calle Jerzual de Dinan.



▲ Plaza de Mairie. ▼ Cabo de Fréhel.





▲ François René de Chateaubriand descansa en Saint-Malo.  
▼ Una caseta de libros en la playa bretona.



dad de buena música se acaba por encontrar en terrazas escondidas, patios, áticos o casas medievales cubiertas de flores y plantas, buena comida y excelentes músicos.

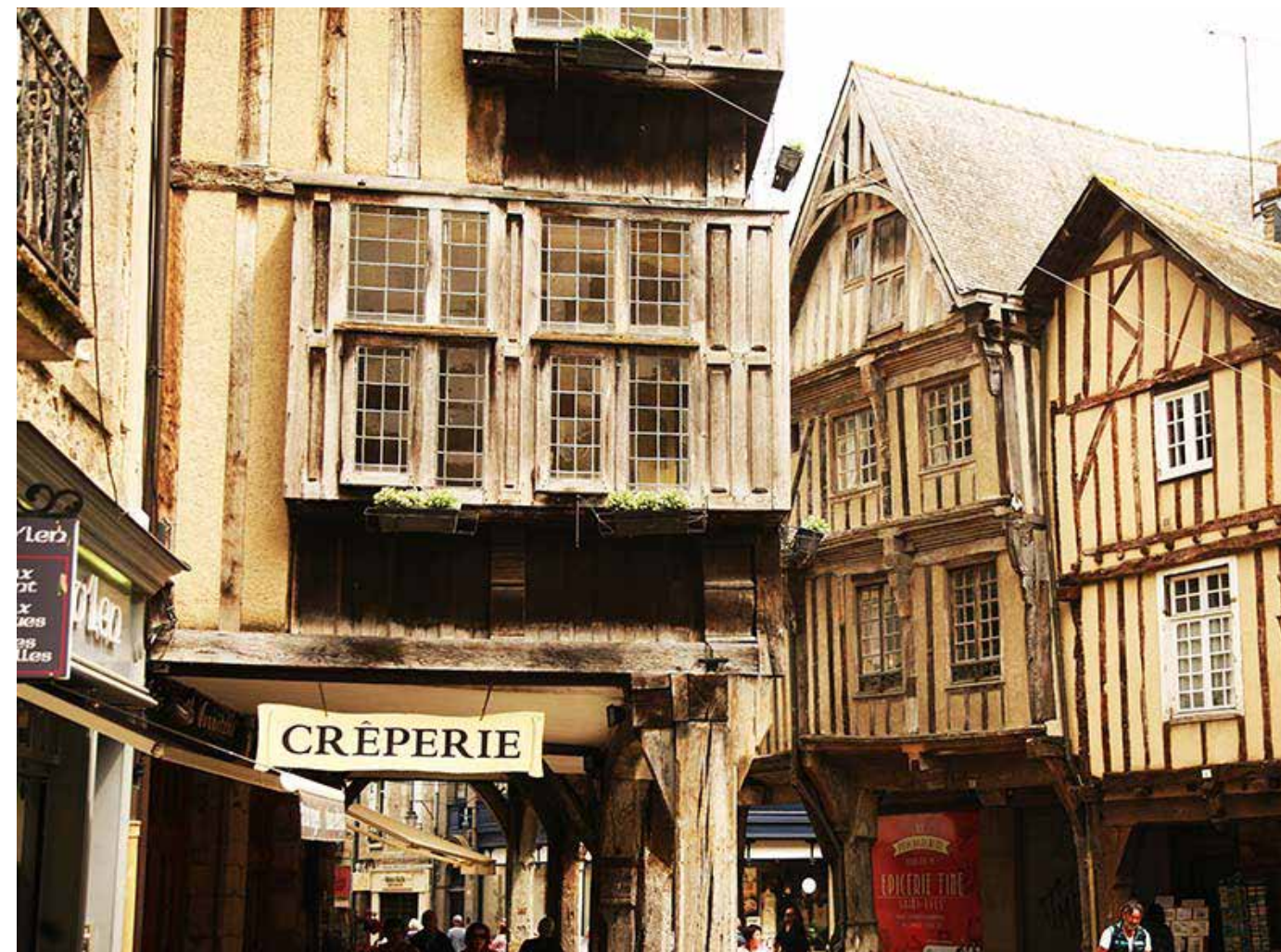
### *Dinan, más que una bonita postal*

En ruta hacia Saint-Malo se cruza por uno de los pueblos más bellos de Bretaña. Es aconsejable, al llegar, subir a la muralla y dedicar un par de horas a pasear por la Plaza de los Merceros y Cordeleros, cuyas casas de cuentos de hadas aún albergan mercerías maravillosas. Unas son torcidas y parecen apunto de caerse, otras tienen los tejados picudos y cada una está pintada de un color. Las casas medievales de Dinan y su castillo del S. XV se alzan sobre el río Rance y el puerto deportivo.

Su basílica es la de Saint-Sauveur y sus tiendas se enorgullecen de vender productos bretones, por ejemplo la cosmética artesanal de Ma Kibell. Siempre es un buen momento para hacer un alto en el camino y tomar una taza de sidra en el encantador salón de té y tienda de decoración Perlé-pampille. No se debe dejar de visitar la emblemática Torre del Reloj, del siglo XV, cuya campana fue un regalo de la duquesa Ana de Bretaña, que adoraba la ciudad. Desde allí se contempla una espléndida postal que, en días claros, alcanza Mont Saint-Michel. Poco a poco, sin perderse nada de lo que ofrece Dinan, se va bajando por la adoquinada Rue de Petit Fort, que cambia su nombre por el de Jerzual a partir de su puerta homónima del s. XIII. Está llena de talleres de artistas y comercios hechiceros, jardines de ensueño y obras de arte en los escaparates. Por fin se llega al puerto deportivo para disfrutar, ahora desde abajo, de otra bella perspectiva de la ciudad.

### *Una playa que aparece y desaparece*

A Saint-Malo le envuelve una muralla rodeada de agua de siete metros de espesor y dos kilómetros de largo. Es obvio que la ciudad fue hecha al capricho de sus ma-



▲ Las casas medievales de Dinan.

reas en tiempos que sólo se podría acceder a ella por barco. Catorce metros de diferencia entre bajamar y pleamar son muchos; a unas horas era isla y península a otras. En su época dorada, entre los siglos XVI a XVIII, fue refugio no sólo de los pescadores de bacalao en Terra-nova, sino también de corsarios-armadores y piratas. Aún ondean en el aire los romances y la pasión hacia la ciudad ante la que la duquesa Ana de Bretaña cayó rendida y a donde se retiró al enviudar. Desde la Puerta de Saint-Vicent se sube a la muralla cuya vista incluye esos islotes a los que se puede llegar caminando según la altura de las aguas y que albergan los fuertes de Petit Be, Grand Be y la tumba del escritor François René de Chateaubriand, oriundo

de Saint-Malo, cuyo deseo fue permanecer a orillas de su mar. En la Mansión del Corsario es fácil imaginar cómo era la vida de un armador-corsario. Extramuros está la

### **El descenso por la calle Jerzual de Dinan hasta el puerto deportivo permite disfrutar de sus variadas tiendas y galerías**

espléndida playa de Bon Secours, ideal para obtener una vista de Saint-Malo desde el agua.

Tras perderse por carreteras que atraviesan pueblecitos de ensueño se llega al fuerte La Latte, vecino del Cabo de Fréhel, una reserva ornitológica alfombrada por aliagas y brezos, que se doran con el sol del atardecer antes de esconderse en el mar.

### *De pueblos y playas bretones*

Bretaña goza de un abanico de pueblos costeros a cada cual más bello. Como Dinard y sus mansiones estilo belle époque,



*La bella campiña bretona.*

levantadas por armadores franceses y británicos a mediados del siglo XVIII. Por sus ventanas y balcones se asoma la playa de L'Écluse, vestida con las tradicionales casetas de tela en rayas de color azul y blanco. Abundan las galerías de arte y las tiendas coquetas con todo tipo de sorpresas. Prioritarias son las famosas de ropa marinera como Saint James o La Trinitaine, que guarda las típicas y deliciosas galletas de mantequilla bretonas, sardinas en lata o tazas de cerámica destinadas a beber sidra en ellas.

La llamada Costa de Armor se refiere a las playas de Dinard. Sus pinos al borde del mar, la arena dorada y el agua turquesa le merecieron tan romántico apelativo. Alfred Hitchcock fue uno de los que cayeron rendidos ante sus encantos. Una

Alfred Hitchcock tiene una estatua en la playa de Dinard; sendos cuervos posados en sus hombros recuerdan la película 'Los pájaros'

escultura del célebre cineasta con dos cuervos en los hombros mira hacia la playa de Dinard rememorando su famosa película de *Los pájaros*, en una especie de homenaje rendido por el Festival de Cine Británico que se celebra en esta localidad cada otoño.

El Sendero de los Aduaneros recorre a través de ocho kilómetros calas y cuevas escondidas. Descubre sus marismas, puertos y aventuras con sabor a sal y aromas de salitre hasta llegar a los pueblos costeros de Saint-Briac-sur-Mer y Saint-Lunaire. También fueron seducidos por tan excelso escenario Renoir o Rivière, quienes trasladaron su belleza a sus lienzos. Desde las rocas que bordean la cruz de Point du Decolle se alcanza una panorámica de 180 grados, en la que entra el pintoresco pueblo y sus playas. ●



▲ Piscina Municipal de St. George con mosaicos de Odorico.



▲ Saint-Briac-sur-Mer, alojamiento y restaurante.

Guía Práctica / Recomendaciones

CÓMO LLEGAR

**Iberia** tiene vuelos directos a Nantes. En el aeropuerto se puede alquilar un coche para recorrer Bretaña. <http://www.iberia.com>

DÓNDE DORMIR

**RENNES**  
El **Hotel Le Nemours** es un establecimiento boutique céntrico y encantador. [www.hotelnemours.com](http://www.hotelnemours.com)

**SABLES D'OR LES PINES**  
El **Hotel Diane**, al lado del Cabo Fréhel, tiene una decoración seductora y en su restaurante, Le 1925, se disfruta de la sapiencia culinaria de su chef bretón Cédric Menguy. [www.hoteldiane.fr](http://www.hoteldiane.fr)

DÓNDE COMER

**RENNES**  
**La Saint-Georges** es una creperie en la que son tan exquisitas sus preparacio-



Crepe de salchicha típico de Rennes.

nes dulces como las saladas. [www.creperie-saintgeorges.fr](http://www.creperie-saintgeorges.fr)

**DINAN**  
**Le 19** ofrece una deliciosa cocina estacional en la que priman la creatividad y el buen gusto. <https://le19-dinan.business.site/>

**SAINT-BRIAC-SUR-MER**  
**Le Nessay** es el restaurante que se encuentra dentro del castillo bretón con vistas a la playa du Béchet. Excelente cocina y selección de vinos. [www.lenessay.com/fr](http://www.lenessay.com/fr)

**INFORMACIÓN**  
[www.vacaciones-bretana.com](http://www.vacaciones-bretana.com)



'Tres bailarines', de Henrick Christian Anderson.

# TRES ITALIAS

Milán, Florencia, Roma y sus hoteles



Vestíbulo del Hotel Four Seasons Florencia.



TEXTO Y FOTOS **CARLOS SÁNCHEZ REY**  
[@carlos\\_sanchezrey](#)

Roma. Florencia y Milán son tres de las muchas ciudades italianas universales, repletas de arte y de magníficos edificios representativos de disitntos estilos, desde la época romana al modernismo, pasando por el gótico y el renacentismo. El arte de estas urbes impregna todo, también sus estilosos hoteles.

**A**terrizamos en Milán, centro de la moda y las finanzas que bulle en actividad ofreciendo el aspecto más estiloso de Italia. Repleta de lugares y edificios de visita imprescindible como el Duomo, el Castello Sforzesco, la Galleria Vittorio Emanuele II, la Pinacoteca di Brera o el archiconocido Teatro alla Scala. Un recorrido a pie por sus monumentales calles da la perspectiva de la verdadera importancia de la ciudad. Nosotros queremos vivirla y transmitir las sensaciones a golpe de palabra para lo cual nos desplazamos de las visitas obvias en busca de vivencias únicas.

### *Un monasterio del s. XV*

La elección del Four Seasons en via Montenapoleone, "La Calle", como centro desde donde movernos no es casual. Un hotel con historia que revela como pocos la actividad vibrante de la ciudad. Un monasterio del s. XV alberga las 118 habitaciones que rodean un claustro central lleno de luz y alegría. Nada más entrar en el edificio se percibe el aire cosmopolita. La moda se alza altanera en cada individuo casi, luciendo estilismos atrevidos, pensados e impactantes y el mundo del diseño en todos los sentidos se nos antoja omnipresente. Su vestíbulo se ilumina con lámparas de Anastasiades. Saarinen, Prouvé o Kettal son algunos de los diseñadores que podemos encontrar embelleciendo el jardín, otrora místico y hoy templo de la modernidad. En su restaurante Zelo, se puede encontrar un Raw Bar para degustar mariscos con corte japonés pero con el toque italiano: cigalas, gamba



Vista aérea de Milán.

roja, ostras. Increíble. Su caviar italiano de Brescia también es lo más. El desayuno en su claustro con las campanas que llaman a la reflexión desde fuera y con la suerte de tener al gran diseñador Caetano Pesce en la mesa de al lado hace del escenario una experiencia irrepetible.

### *Jardines de Brera*

Empezamos nuestro recorrido acercándonos a Brera para encontrarnos con la increíble riqueza de su pinacoteca y los apacibles jardines botánicos del XVIII que transmiten tranquilidad nada más llegar. Tenemos hambre y entramos a comer en el restaurante del hotel Bulgari, remanso

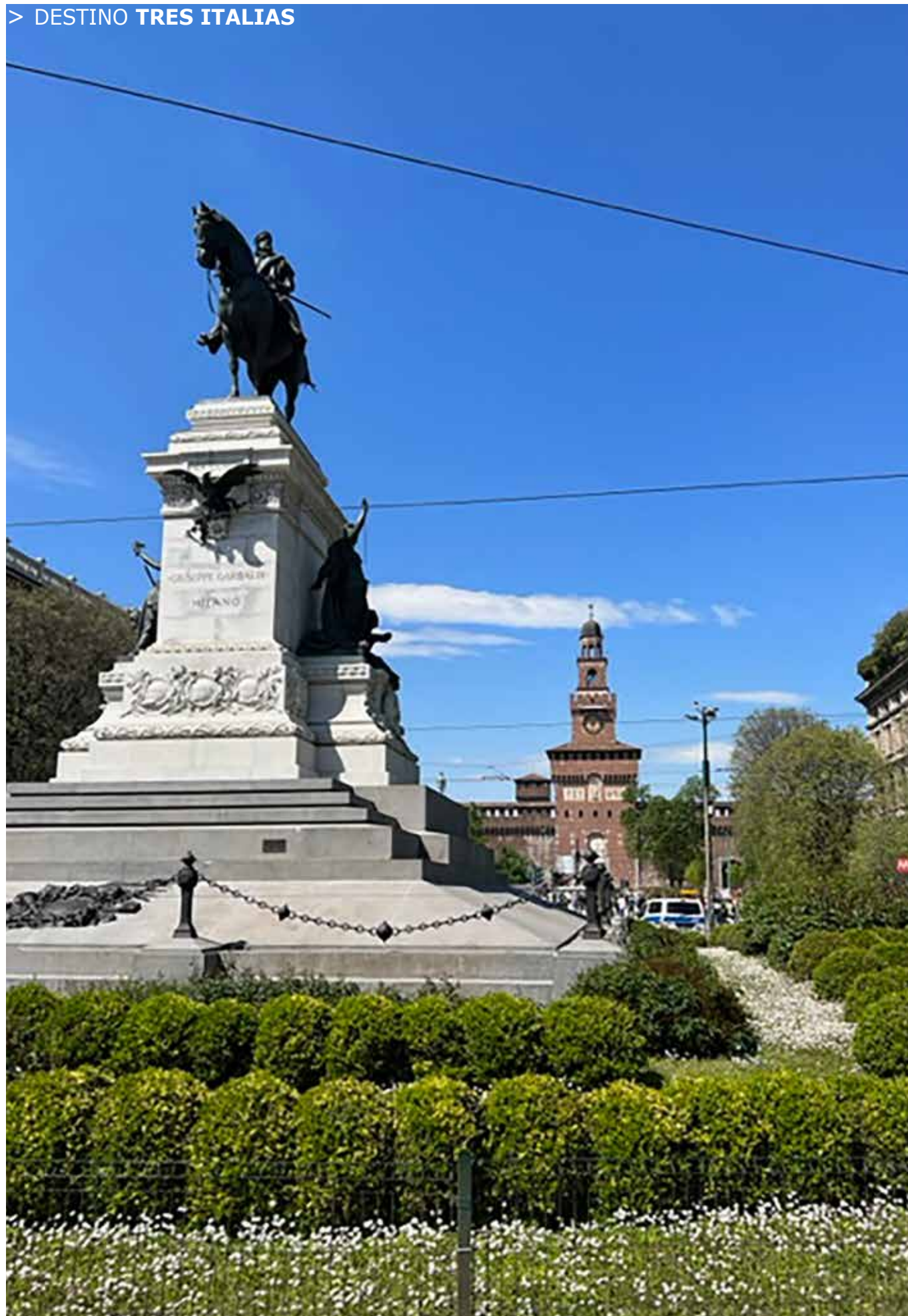


▲ Claustro del Hotel Four Seasons Milán.

Milán Design Week. ▼

de paz creado hace años por Antonio Citterio. El Bosco Verticale, dos rascacielos sostenibles de Boeri Studio nos encantan, con la cascada de verde desparrramado desde sus terrazas es lo más parecido a un bosque urbano y doméstico que se pueda encontrar. La zona de Gae Aulenti es toda una declaración de intenciones donde encontrar un mundo nuevo de diseño y arquitectura sostenible. Volvemos por Corso Garibaldi hasta el castillo Sforzesco, que nos recuerda la verdadera naturaleza poderosa de la urbe. En Vía Manzoni encontramos la Scala, templo de la ópera y el Duomo, ejemplo de un gótico que realmente nos eleva en su mera





Castello Sforzesco.



Habitación del Hotel Four Seasons Milán

contemplación. Torre Velasca, reinterpretando magistralmente el concepto de torre renacentista se yergue en Porto Romana, un barrio clásico y local que acoge la universidad donde se encuentran instalaciones temporales para la Design Week. No nos olvidamos de la Fundación Prada con el sello de OMA y los silos de Armani y Ferragamo. Siguiendo la estela del diseño más vanguardista encontramos Vesta, un bar restaurante muy actual inserto en una calle tradicional que nos encanta por el dramatismo del contraste. Santa Ambrose y el Salumaio di Montenapoleone son dos restaurantes para ver y disfrutar. Marchesi es “la pastelería” donde no te puedes perder su pastel estrella, “la aurora”.

No olvidar visitar la colección de muebles Objets Nomad en Louis Vuitton don-

de una selección de diseñadores internacionales interpreta piezas para la marca. La Dimore Gallery es un añadido en el que comprar lo último en diseño. Wait and See es más que recomendable si todavía nos hemos quedado con ganas de comprar belleza. En definitiva, una ciudad con tantas posibilidades para vivir como tiempo tengáis para disfrutarlas.

### **Renacimiento puro**

Nuestra segunda parada, Florencia, es un bello monumento en sí mismo al Renacimiento, despertar artístico y cultural del siglo XV. Escritores como Dante, Petrarca y Maquiavelo contribuyeron a su patrimonio literario, pero fueron las obras de artistas como Botticelli, Miguel Ángel y Donatello, las que convirtieron la ciudad en una de las grandes capitales artísticas



Entrada principal con el frontispicio del Palazzo Vecchio de Florencia.

del mundo. Iglesias como la Capella Brancacci, la Medicee, el Duomo y el Baptisterio, San Lorenzo o Santa María Novella. Edificios como el Palazzo Strozzi, el Vecchio, la Piazza della Signoria o el Ponte Vecchio o museos como el Pitti o el de los Uffizi hacen de esta ciudad un pozo sin fondo en lo que a cultura y arte se refiere. Éste último no sólo ofrece la oportunidad de ver la mejor colección de arte italiano

renacentista del mundo, sino también de disfrutar obras de Holanda, España y Alemania acumuladas durante siglos por los Médicis. La colección fue donada al pueblo de Florencia por la última representante de la familia, Anna María Lodovica. En seguida se percibe un cálido abrazo de historia ininterrumpida, de sabiduría que, impregnada en sus piedras, da la bienvenida en cada rincón. Four Seasons,

el hotel elegido en consonancia con todo lo anterior, es un remanso de paz y de historia desde la que adentrarse a descubrir los infinitos tesoros que aquí conviven en la cotidianidad.

### **Hogar de los Medici**

El palacio de la Gherardesca sirve de envase renacentista para esta experiencia inmersiva total. Un edificio, que fue nada menos que hogar de los Medici, se conserva intacto tras una restauración de ocho años. Terrazos, mármoles, frescos, esculturas, bajorrelieves, pinturas, constituyen un conjunto de joyas que han recuperado la luz para el ojo afortunado de los huéspedes que pueden disfrutarlo. Se trata de vivir la belleza sin par de la época dorada de las artes desde el momento actual. Apremiar cada paso, cada reflejo en sus distintas estancias, es volver a convivir con los grandes genios o al menos con su espíritu.

Comer en su estrella Michelin Il Palagio es un viaje por los sabores más reconocibles del país de la bota. El chef Paolo Lavezzini hace las delicias de los comensales con sus elaborados platos que llenan de originalidad y texturas la velada. Decidimos explorar esos sitios que no aparecen en las guías pero que consideramos imprescindibles como la Osteria Gucci, ubicada en un edificio del XIV. Un nuevo concepto de la marca donde apreciar desde una selección exquisita y bien escogida de

revistas en su librería hasta prendas de la colección que sólo se pueden adquirir aquí. Su restaurante estrella Michelin nos convence con sus tres menús fusión mexicana japonesa. Recomendamos encarecidamente sus *mocktails*. A sus espaldas encontramos el Palazzo Gondi, otra joya del Renacimiento singular por sus espacios ricos en decoración que necesita de cita previa para su visita. Irene es otro de los restaurantes que nos atrae en el hotel Savoy, donde la familiaridad del servicio es su seña de identidad

### **El cielo de Galileo**

Villa Bardini ofrece la posibilidad de disfrutar de su increíble jardín. Otra dimensión. Villa Olmi es un hotel en una villa maravillosa con un jardín incomparable. San Miniato a Monti, ubicado en la colina cruzando el famoso Ponte Vecchio, permite la mejor vista de la ciudad. Pertenebió a los Medici y se convirtió en su última morada. El Observatorio Galileo Galilei nos brinda otra vista increíble y la posibilidad de observar el cielo como lo hizo el famoso astrónomo pisano. Un regalo para los ojos de los amantes de la ciencia. Si hay tiempo, merece apenas visitar Fiesole, a pocos minutos de Florencia, para disfrutar del típico paisaje toscano con olivos, cipreses y suaves colinas ondulantes. El Mercado Sant Ambrosio es un buen espacio para tomarle el pulso a la verdadera sociedad italiana a pie de calle.

Santa María Novella, un antiguo monasterio donde sus monjes se afanaban en el estudio de la farmacología ha dejado un edificio reconvertido en tienda desparramada por sus distintas salas, a cuál más increíble, que es todo un placer ir descubriendo. Y la lista podría continuar



Il Duomo de Florencia.

*ad infinitum*, porque la oferta es inabarcable.

### **El centro del mundo cristiano**

Nuestro destino final, Roma, se convirtió en un gran imperio, el centro del mundo cristiano al que llegaron artistas y arquitectos captados por los distintos Papas y sus familias, sobre todo durante el Renacimiento y el Barroco. Tiempos en los que se crearon grandiosas obras arquitectónicas. El legado de esta historia ininterrumpida puede verse por toda la ciudad y sus alrededores. La Piazza Navona, Santa María in Trastevere, los Museos Capitolinos, Santa María Maggiore, el Panteón o San



Capilla del Hotel Four Seasons Florencia.

Pedro son sólo alguno de esos ejemplos destacados.

Para recorrer todas estas maravillas históricas y algunas más elegimos el hotel de la Ville, junto a Plaza España, por su ubicación y por sus impagables vistas. Comprobamos que hemos acertado en la elección al observar, absortos, desde la terraza la puesta de sol en Villa Borghese que dejó un cielo encendido sobre toda Roma convirtiendo el momento en magia pura. Más tarde supimos que la cadena tenía otra propiedad que quisimos conocer. El hotel de Russie tomó su nombre de la afluencia de viajeros rusos que se hospedaban allí en el siglo pasado. Su jardín, con espíritu de selva domesticada, se funde con Villa Borghese. Sólo por este vergel de colores de las distintas flores que salpican el verde omnipresente ya merece la pena alojarse aquí, donde el aroma de los narcisos y el arrullo de sus fuentes invita a la reflexión y al descanso, extasiados con tanta belleza sensorial. Por si esto no fuera poco, un prisma de cristal, transparente y luminoso en las noches y espejado durante el día hace las maravillas de todo amante del arte en su máxima expresión y se integra con elegancia mimética en su entorno.

### ***Esculturas, mosaicos, frescos...***

Cuando, con dificultad, logramos salir de este imán para los sentidos nos encontramos con otras maravillas menos conocidas, como el museo boutique de Henrick Christian Anderson, que nos muestra la



Fresco de La última cena.

visión estética de este urbanista singular recibiéndonos en su planta baja con una deliciosa selección de esculturas de gran tamaño. Seguimos con el museo Nacional Etrusco de Villa Julia, donde encontramos un elenco de escultura y terracota impagable y singular. En el palacio Massimo alle Terme nos extasiamos con unos mosaicos que muestran con sus teselas la grandeza de una civilización pasada. En Villa Farnesina nos cubre un techo que pintó el mismísimo Rafael. Y si nos hemos quedado con ganas de más frescos podemos seguir disfrutando en Galería Colonna, que sólo abre viernes y sábados. Para acabar nos encanta la Jubilee Church que el arquitecto Richard Meier levantó como un tulipán de hojas entreabiertas que emergen del suelo. Un verdadero homenaje a la espiritualidad en hormigón y cristal.

### ***Alimento corporal***

Y después de alimentar nuestro espíritu



▲ Atardecer en la Ciudad Eterna.

Jardín del Hotel de Russie. ▼



también queremos descubrir dónde alimentar nuestro cuerpo y para cenar disfrutamos mucho en el Jardín de Russie, que en las noches adquiere un aire aún más especial con las fuentes y la vegetación iluminadas mostrando un ambiente sofisticado y embriagador. Glass Osteria es un estrella Michelin desde hace catorce años ubicado en el corazón del Trastevere, razón suficiente para degustar la comida de enorme creatividad que ofrece su chef de Puglia que antes fue diseñadora gráfica en Texas. Nos sorprendió especialmente su mousse de aceite de oliva y los raviolis líquidos con parmesano de cinco años. La Périgola, con tres estrellas Michelin merece por sí solo una visita y su lista de vinos es inigualable. Y para acabar, Aroma, un estrella Michelin que alimenta sólo con sus vistas al viajero hambriento de belleza.

**De compras**

Para conseguir algún recuerdo “made in Italy” hay sugerencias típicas, que no tópicas, como hacerse un traje a medida; algunos de los sastres más conocidos se ubican en el centro mismo de la ciudad. Y, como parcomplemento, unos zapatos hechos a medida, en Bocache y Salvuchi.

En Fabio Bordi hay mosaicos pintados a mano inspirados en los originales del Vaticano. En Maurizio Grossi podemos encargar esculturas y distintos trabajos en mármol como inscripciones o representaciones de monumentos enteros. En Massimo María Meli se exhiben las joyas más deseadas por las romanas y las etruscas. La lista de tiendas, como la propia Roma, es inabarcable, por eso es la Ciudad Eterna y siempre estará ahí para visitarla. ●



▲ La Fontana di Trevi.

▼ Fuente de la Barcaza en la Plaza de España, de Roma.



# VALENCIA

## REGATA SOLIDARIA Y RUTAS DE ANDAR POR CASA

La capital levantina se prepara para celebrar, el 19 de mayo, la cuarta edición de la Regata Solidaria por la Igualdad de Género e invita a seguir un itinerario en torno al arroz, las naranjas y su pintor estrella: Joaquín Sorolla

TEXTO **PILAR ORTEGA**  
[ppm76.ortega@gmail.com](mailto:ppm76.ortega@gmail.com)



Valencia celebra la IV Regata Solidaria por la Igualdad de Género.



Las mujeres tienen una presencia determinante en esta regata.

Más allá de las Fallas y de sus tentadoras e interminables playas, Valencia es una ciudad dinámica y viva que conserva un valioso patrimonio artístico que ha ido acumulando a lo largo del tiempo. Aquí se escucha la palabra de Blasco Ibáñez y se ve la luz de Sorolla, a quien este año se le mima incluso más con motivo del centenario de su muerte. También es un destino especial para los que buscan turismo activo. Por

**Los beneficios de la Regata Interempresas irán a proyectos de la Cruz Roja destinados a mujeres en riesgo de exclusión social**

ejemplo, los amantes de los deportes náuticos tienen una cita el 19 de mayo en la Marina, pues ese día se celebra la IV Regata Interempresas por la Igualdad de Género.

En Valencia no importa que el viajero busque planes cultu-

rales, de naturaleza o gastronómicos. La ciudad del Turia tiene propuestas para todos y siempre encuentra la forma de seducir a quien llega a la capital levantina para que quede embrujado con sus encantos. Aparte de la citada regata, el mes de mayo viene cargado de otras muchas iniciativas para que nadie se vaya de vacío sin disfrutar de su experiencia preferida.

En primer lugar, y si al visitante le gusta la náutica, hay



Distintos momentos de los preparativos de la regata solidaria.





▲ Los beneficios de la regata irán destinados a la Cruz Roja.



▲ Uno de los veleros de la regata, en alta mar.

que bloquear esa fecha, el 19 de mayo, para contemplar los bonitos veleros y barcos históricos que se reunirán en esta regata solidaria que organiza Corporate Yachting & Partners y que está abierta a todas las empresas, independientemente de su tamaño. El único requisito es que las tripulaciones, formadas por trabajadores o clientes, sean mixtas o femeninas. De momento, han trascendido los nombres de Carrefour, Crédito y Caución, Cámara de Comercio de Valencia, Kreab, Invest y Valencia Premium, pero todavía hay tiempo para la inscripción de las empresas más rezagadas.

José Alfredo López, fundador de Corporate Yachting, recuerda que la pasada edición de la regata contó con más de 400 participantes de 12 empresas de diversos sectores, todo un éxito cuando los participantes no tienen experiencia previa como regatistas. Además, al tratarse de una regata solidaria, los beneficios van a proyectos de la Cruz Roja destinados a mujeres en riesgo de exclusión social. Los jueces de la rega-

ta podrán ver la competición a bordo de la goleta histórica Cervantes Saavedra que capitanea José Manuel Guzmán y para quien "es esencial apoyar un proyecto de este tipo, ya que el mar tiene que tener vientos que soplen a favor de la igualdad y la solidaridad". Se trata de una embarcación muy popular entre el público porque alojó a los protagonistas de la serie televisiva *El barco*.

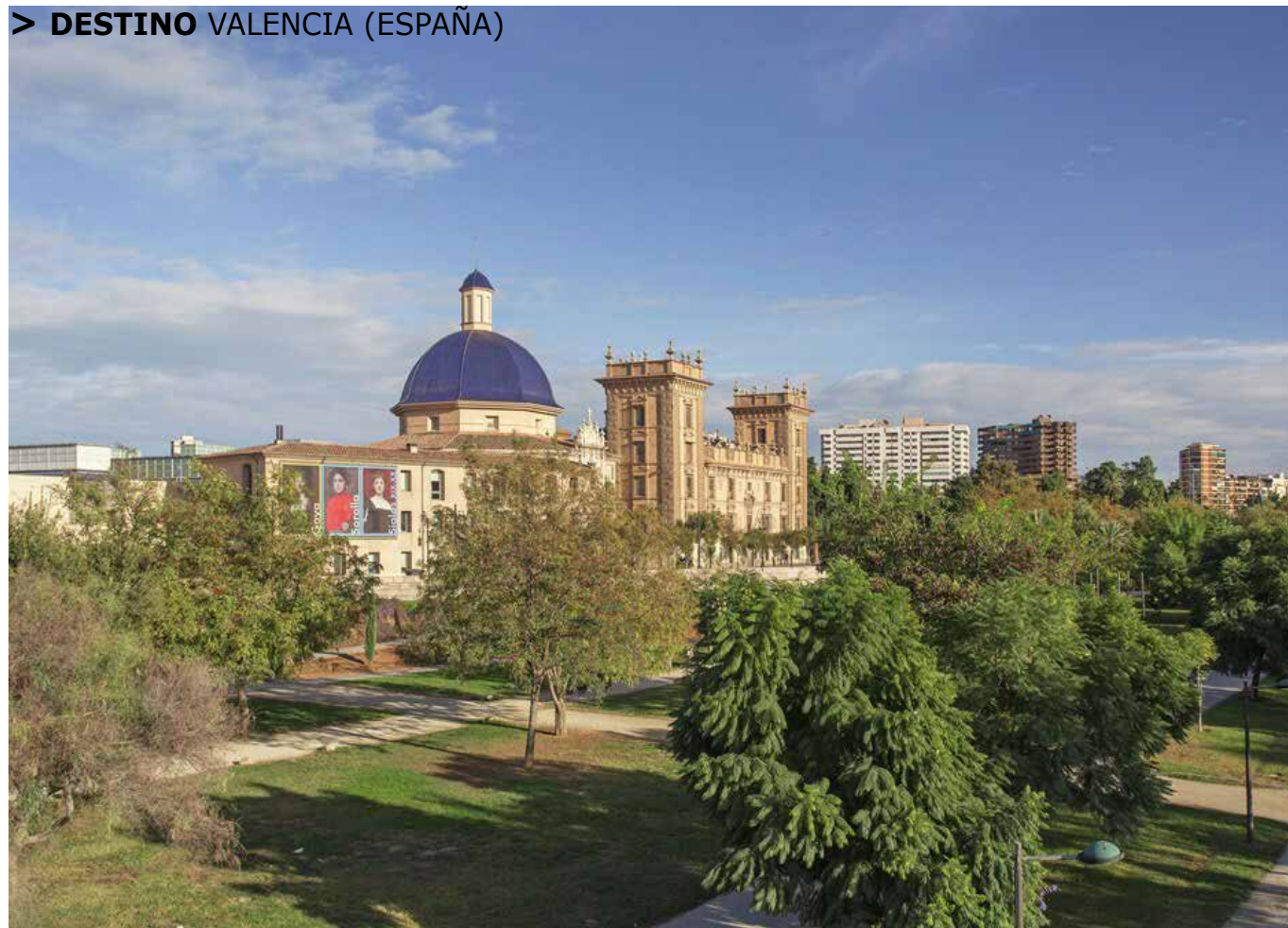
Y mientras el calendario avanza hasta el 19 de mayo, Valencia tiene otras muchas propuestas para que el visitante disfrute de sus atractivos y muchas posibilidades turísticas. Aquí vamos a proponer algunas rutas singulares.

### ***Ruta por los escenarios de Sorolla***

Joaquín Sorolla es el pintor valenciano más universal. Su genio traspasó no sólo las fronteras de su tierra natal, sino también las de su propio país, mucho antes que Picasso o Dalí. Por eso, hay tanto orgullo en la Comunidad Valenciana cuando se pronuncia o se escucha el nombre de



La goleta histórica Cervantes Saavedra.



Vista general del Museo de Bellas Artes de Valencia.

este pintor que tanto amor y sensualidad desplegó en torno al Mediterráneo, un mar que fue protagonista de muchos de sus lienzos.

Proponemos dar un paseo por los lugares que marcaron la vida y la obra de este artista, que nació en 1863 y que plasmó en sus cuadros escenas de las playas levantinas. Desde hace tiempo existe un recorrido cultural para entender mejor su figura y su producción artística, una ruta que desemboca en el Museo de Bellas Artes, donde tendrás ocasión de contemplar más de 50 cuadros de Sorolla y recibir las explicaciones de los expertos en su obra.

Pero antes de llegar a esta pinacoteca, se pasará por la casa natal del artista, en el número 8 de la calle de las Mantas; por la Lonja de la Seda, donde encontrar las escaleras que aparecen en su cuadro *El grito del palleteo*; la iglesia de Santa Catalina, donde fue bautizado, o la iglesia de San Martín, donde contrajo matrimonio con su querida Clotilde García. Otro de los puntos clave de la ruta es la Escuela de Artesanos de Valencia, donde Sorolla se formó como

pintor, si bien esta escuela se ha trasladado a la avenida del Reino de Valencia, donde se conservan aún una obra y varios bocetos del célebre alumno.

Aunque Sorolla viajó por Francia e Italia, donde se empapó del arte clásico y renacentista, fue en Madrid donde alcanzó un gran renombre como pintor, una fama que pronto se extendió por toda Europa. Fue muy prolífico y hay quien dice que llegó a pintar más de 5.000 cuadros. Expuso en París, Berlín, Colonia, Londres y en varias ciudades de Estados Unidos y hoy se le considera un artista universal. Por eso, es interesante seguir el rastro que dejó en Valencia.

### ***La Ruta del Arroz por la Albufera***

Merece la pena investigar por qué Valencia es la tierra del arroz y de la paella. Si se quiere saber más al respecto hay una ruta dedicada a este preciado cereal en el Parque de la Albufera para conocer de primera mano este singular cultivo, que fue introducido por los árabes en la península Ibérica. De paso se puede disfru-



▲ Un monumento fallero. ▼ Mercado Central de Valencia.





Atardecer en la Marina de Valencia.



▲ Atardecer en el Parque Natural de la Albufera.

tar de un paseo en barca entre los arrozales que permitirá ver el bonito pueblo de El Palmar y sus auténticas barracas. También se pueden hacer rutas en bicicleta o a pie.

Los arrozales que crecen en el Parque de la Albufera cambian su fisonomía según la época del año. En primavera, las balsas de agua donde crece el arroz ofrecen un paisaje de reflejos y espejos que se va transformando poco a poco en verdes praderas cuando las plantas del arroz alcanzan cierta altura. Cuando el verano llega a su fin, el dorado de las espigas cede paso a un terreno cenagoso. Por eso, según la época en que se haga la ruta, parecerá que se está en lugares diferentes, pero no. En cualquier caso, siempre es un bonito espectáculo contemplar el Parque Natural de la Albufera, visitar las playas y paseos marítimos que van desde Cullera al Perelló y descubrir las aves que anidan en su entorno durante todo el año: gar-

**En el Parque de la Albufera se puede profundizar en las singularidades del cultivo del arroz**

cetas, garzas reales, flamencos, etc.

Si se hace la ruta en bicicleta, se descubrirá que es un recorrido circular y llano de casi 60 kilómetros que transcurre entre campos de arroz y que pasa por els Ullals de Baldoví y Muntanyeta dels Sants, en cuyo entorno se encuentran lagunas donde se refugian las aves que levantan el vuelo al paso de los extraños. La ruta continúa por Sueca y Cullera, hasta llegar a Les Palmeretes y a un extenso paseo marítimo que discurre por la playa hasta el Perelló, para regresar de nuevo a El Palmar.

Y si se quiere completar la experiencia, se puede programar también una visita al Museo del Arroz, situado en el antiguo Molino de Serra, en el barrio de El Cabanyal de València. Aquí se puede contemplar todo el proceso que sufre el arroz desde que se recolecta el grano hasta su consumo.

Una curiosidad: la superficie original de la Al-

**Existe una Ruta de las Naranja que transcurre por el sur de Valencia y que tiene paradas en edificaciones modernistas**

bufera era de unas 21.000 hectáreas, pero la extensión del cultivo del arroz la redujo hasta las 2.100 hectáreas que tiene en la actualidad.

**No puede faltar la Ruta de la Naranja**

Carcaixent es la cuna del cultivo de las naranjas. De eso presumen, al menos, en esta bonita localidad valenciana, donde se atreven a decir que fue exactamente en 1781 cuando se plantó el primer campo de naranjos de España. Así que, desde el siglo XVIII, el cultivo de la naranja, esa fruta cargada de energía y vitaminas, modificó el rumbo de la historia y de la economía local de Valencia.

Existe una Ruta de la Naranja que transcurre por esta zona del sur de Valencia y que tiene paradas en varias edificaciones modernistas y en los célebres “huertos monumentales”, unas construcciones realizadas por la burguesía local en sus fincas de naranjos y que aún se conservan en buenas condiciones.

En la Ruta de la Naranja también aprenderemos la manera de preparar un rico postre con naranja. ¿Un bizcocho? ¿Una mermelada? Además, nos lo podremos llevar a casa para recordar la historia de Carcaixent, una localidad que hoy tiene 20.000 habitantes y que supo cómo exportar estos frutos de color naranja para que fuesen conocidos en el resto de mundo. ●



▲ Playa de la Malvarrosa.  
▼ Escultural en homenaje a Sorolla.



▼ Una placa recuerda a Joaquín Sorolla en su casa natal. Catedral de Valencia. ▼





▲ Parque de la Ciudad de las Artes y las Ciencias. ▼ Detalle del Palacio del Marqués de dos Aguas.



Bless Hotel Ibiza.

## Guía Práctica / Recomendaciones

### CÓMO LLEGAR

**En coche.** Valencia está a unos 350 kilómetros tanto de Madrid como de Barcelona. Desde Madrid hay que tomar la autovía A-3 y desde Barcelona, la AP-7. El trayecto se realiza de forma muy cómoda, ya que todo el recorrido se hace por autovía. Al llegar a la ciudad, te recomendamos dejes el vehículo en un aparcamiento y te muevas en transporte público.

**En AVE.** Es la forma más rápida y cómoda de llegar a Valencia desde Madrid. El tren de alta velocidad sale de la Estación de Chamartín y te deja en la capital del Turia en unas dos horas.

**En autocar.** Otra forma de llegar a Valencia desde Madrid y Barcelona, y más económica, es tomar un autobús público de viajeros.

### DONDE DORMIR

Además del espectacular Parador de Valencia, hay bastantes hoteles boutique y con encanto donde alojarse en Valencia y a unos precios bastante ajustados

### Parador Nacional de El Saler

El Parador nacional de El Saler es una joya escondida entre el Parque Natural de la Albufera y el mar Mediterráneo. Está rodeado por dunas, un inmenso pinar y por el campo de golf del Parador. Mires donde mires, hay naturaleza. A través de una pasarela, junto a dos de los hoyos del campo, llegarás a la playa, que se pierde en el horizonte hasta el puerto de Valencia.

### Hotel Silken Puerta Valencia

Si hay algo que caracteriza este hotel de diseño, es su carácter, que se ve reflejado en la fachada exterior, obra del genial Javier Mariscal. En ella se combina la vanguardia con los elementos valencianos más tradicionales. Está cerca del puerto de Valencia, con una ubicación inmejorable, muy cerca del Oceanográfico o la Ciudad de las Artes y las Ciencias.

### DÓNDE COMER

Si eres de los que te gusta descubrir y probar las propuestas de la alta cocina cuando viajas, en

la Comunidad Valenciana tienes dónde elegir. Hay nada menos que 22 templos gastronómicos a los que la célebre Guía (roja) Michelin, que tiene casi 100 años de historia, ha concedido sus codiciadas estrellas. Y es que la cocina valenciana siempre ha tenido una merecida fama dentro y fuera de nuestras fronteras. O lo que es lo mismo, las estrellas Michelin tienen también sabores y aromas de la huerta y el mar valencianos.

La estrellas Michelin son todo un reconocimiento a los fogones valencianos que ocupan un lugar de honor en el universo de la Guía Roja, que está integrado por 262 restaurantes que son el emblema de la fortaleza gastronómica en España y Portugal. Es el olimpo de los restaurantes que, con su creatividad y saber hacer, sorprenden a propios y extraños, especialmente los 11 restaurantes españoles que han conseguido la categoría de tres estrellas y en el que figura, con letras grandes, el nombre de Quique Dacosta, el gran gurú de la alta cocina en la Comunidad Valenciana.



▲ Construida entre 1110 y 1138, la catedral de Angoulême está inspirada en las de Périgueux y Cahors.

## San Pedro de Angoulême (Francia) ¡Catedral románica!

Una parada obligada cuando se va desde España y Portugal a París es Angoulême, una de las ciudades del valle regado por el río Charente, que le dio vida y riqueza.

Actualmente es la ciudad del dibujo animado y de la imagen. Curiosamente, la portada de la catedral de San Pedro parece un gran libro ilustrado con múltiples personajes. La catedral, construida entre 1110 y 1138, está inspirada en las de Périgueux y Cahors. Se encuentra en el Plateau, el centro histórico de Angoulême. Es el monumento más notable de la ciudad, con la particularidad de que no es una catedral gótica, como la de otras ciudades de Francia, sino románica bizantina.

Fue idea de Girard de Blay, un poderoso obispo de principios del siglo XII que quiso hacer de la catedral el escenario y el símbolo de sus ambiciones.

En la fachada, la gran protagonista del edificio, hay más de 70 esculturas y bajorrelieves, algunos de los cuales representan el Juicio Final, la Evangelización y la Ascensión de Cristo. Los pórticos del primer nivel están decorados con motivos vegetales y animales y en los lados se ven unas caras haciendo muecas. El conjunto se completa con una ventana flanqueada por dos leones. Los bajorrelieves representan las estatuas ecuestres de San Martín y de San Jorge, este último acompañado de una pequeña estatua de mujer que lleva una corona.

En el año 2000 comenzaron nuevos trabajos de restauración y embellecimiento que aún continúan, para devolverle su brillo original. ●

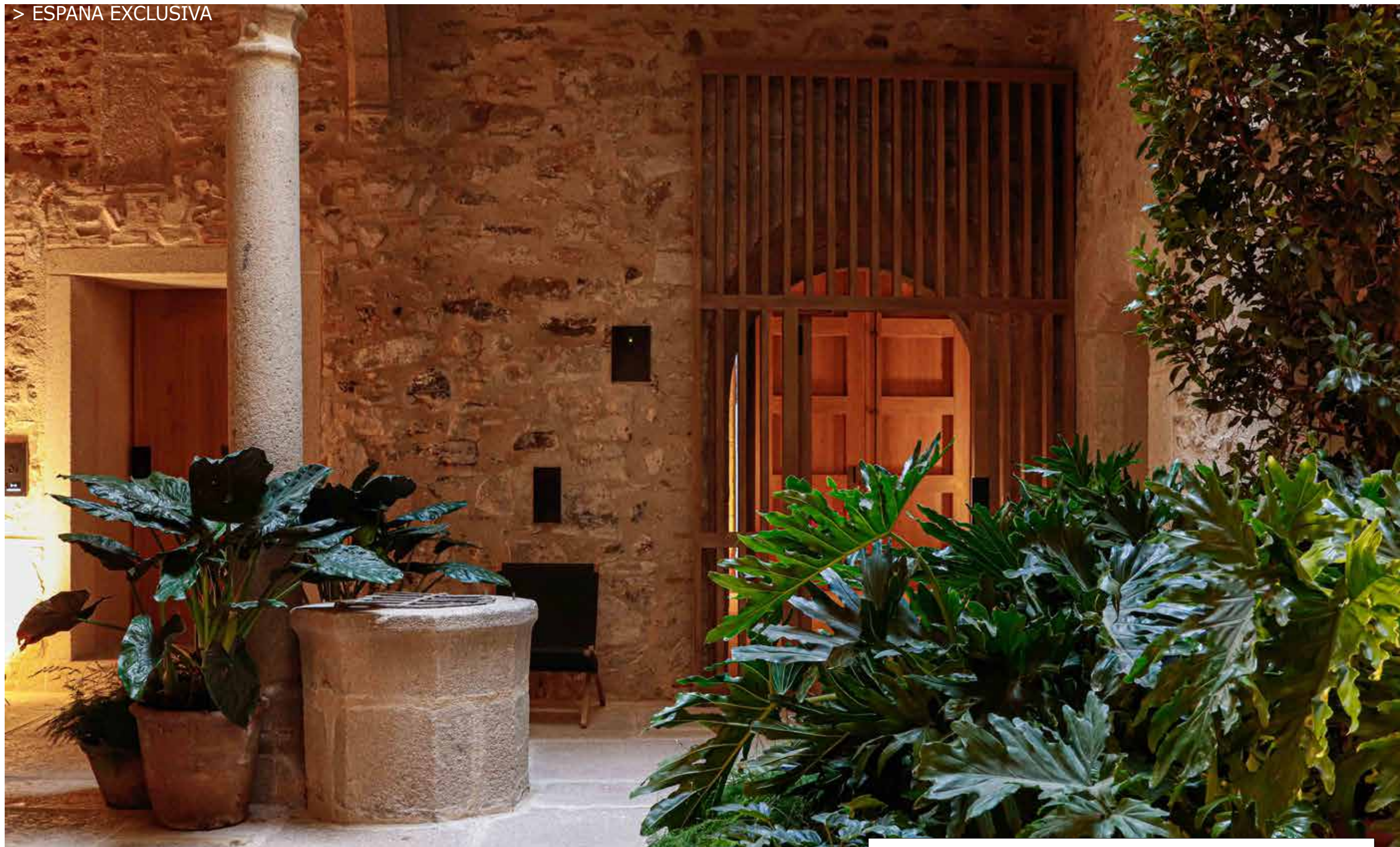


TEXTO Y FOTOS MIGUEL BLASCO



▲ La fachada cuenta con más de 70 esculturas y bajorrelieves. ▼ Detalles de bajorrelieves e interior.





La casa palacio Paredes Saavedra ocupa un edificio renacentista construido en el siglo XIII.

El hotel y restaurante Relais & Châteaux Atrio complementa su oferta con la apertura de las que probablemente sean las más exclusivas suites de España. Diseño y arte confluyen en el interior de esta casona medieval de Cáceres despojando al lujo de estridencias, marcando un hito en las reformas arquitectónicas y elevando la sencillez a su máximo esplendor.

## **CASA PALACIO PAREDES SAAVEDRA** *Un capricho para el alma*



TEXTO **HERNANDO REYES**  
[www.altum.es](http://www.altum.es)

FOTOS **ATRIO / ALTUM**



Bóvedas de una de las suites.

Para Toño Pérez y José Polo poner a Cáceres en el mapa mundial parece haber sido una constante a lo largo del tiempo, un empeño que se ha convertido casi en “ley de vida”. Estos dos cacereños, que nacieron ambos en 1961 y que fueron compañeros de instituto en la secundaria, han logrado que su ciudad entre en los listados de los deseos de muchos viajeros y que gran parte de los amantes y entendidos de la gastronomía consideren Atrio como un lugar imprescindible donde comer antes de morir.

**El orden de los factores...**  
Querían estudiar Bellas Artes y Filosofía, a uno se le daba muy bien ejercer de anfitrión, y al otro, la cocina. Sin embargo, en este dueto aquel dicho que reza que “el orden de los factores no altera el producto” se vitalizó con el tiempo. Si en sus inicios profesionales, allá por 1986 cuando abrieron su primer restaurante en la Plaza de los Maestros, en la parte moderna de Cáceres, era José quien estaba detrás de los fogones

y Toño quien arreglaba mesas y las recogía, las cosas cambiaron tras la formación de Toño con grandes cocineros de España, como Arzak o Adriá. Toño terminó elevando la cocina tradicional extremeña hasta convertirla en contemporánea, y José se especializó en el servicio en sala. Ambos son unos anfitriones que se desbordan con su público, cercanos, sencillos y con la simpatía como estandarte de un negocio que cada día nos regala deliciosos titulares. Son socios y compañeros de camino, y más de 40 años después su vida gira en torno a sus dos restaurantes, el hotel Atrio y sus dos últimos proyectos: la Fundación Atrio y el nuevo alojamiento Casa Palacio Paredes Saavedra.

**Simbiosis entre historia y presente**  
Las 11 habitaciones de esta casa fuerte palaciega que se encuentra en la calle Ancha a escasos 30 metros del 3 estrellas Michelin Atrio, se reparten a lo largo de tres plantas y son todas diferentes. La rehabilitación del edificio ha corrido a cargo del estudio de



El toque personal de Toño y José está presente en los más mínimos detalles.



Las toallas y albornoces son de la firma francesa de lujo Frette.



El patio de columnas y el aljibe.



El zaguán es una auténtica obra de arte.



El revestimiento de las paredes es exclusivo.

arquitectura de Emilio Tuñón, Medalla de Oro a las Bellas Artes 2015 y Premio Nacional de Arquitectura 2022, y Carlos Martínez-Albornoz. Se diría que estas suites de lujo son la máxima expresión del hedonismo y la mayor muestra de sensibilidad de Toño y José, en donde muebles y lámparas de diseño, logrados revestimientos de maderas nobles y valiosas obras de arte se presentan prodigiosamente para el confort del invitado en una simbiosis perfecta entre historia y presente.

El inmueble es un logrado ejemplo de arquitectura civil del Renacimiento de 1.500 m<sup>2</sup> construido a partir del s. XIII y que experimentó su primera reforma en el s.XVI; en su fachada se pueden encontrar los blasones familiares de las familias que lo habitaron: Paredes-Saavedra y Paredes-Golfín. La rehabilitación completa del edificio para convertirlo en el hotel soñado por Toño y José ha conllevado seis años de proyecto y cuatro de obras, y en él se entrelazan lo gótico con lo mudéjar y con lo renacentista de una manera única y prodigiosa que abraza a la estética más refinada.

**El peso de la arquitectura**

Con la idea de recuperar la estructura original, la obra recién acometida ha rehabilitado la torre que mandó desmochar Isabel la Católica —al igual que en otras casas nobles— para detener los litigios entre las principales familias con poder, en tiempos de su enfrentamiento con Juana la Beltraneja.



Carpintería con murales de cedro, muebles de madera y lámparas de diseño y hasta un piano en una de las suites.

Desde el exterior destacan el portón principal, con arco de medio punto y dovelas radiadas, con una ventana por encima, así como dos ajimeces de granito, una ventana mudéjar con parteluz de pizarra y otra gótica enmarcada por un alfiz.

Nada más atravesar su portón principal, de roble y acero, encontramos un patio con columnas y un aljibe. En un futuro cercano, planean instalar un baño turco con zona de masajes y un pequeño gimnasio. El palacio cuenta con trece bóvedas; las de las habitaciones, forradas con tablillas de madera blanca, son seña de identidad del arquitecto y están presentes también en Atrio y en el Museo Helga de Alvear, también obra de Tuñón.

**Arte y diseño para soñar**

Las habitaciones van desde los 60 m<sup>2</sup> hasta los 120 m<sup>2</sup>. Abovedadas, cuentan con zona de trabajo y un amplísimo cuarto de baño que separa sanitario y ducha doble en sendas cabinas insonorizadas de



roble macizo. Espectaculares son las bañeras de una sola pieza de mármol hechas especialmente por encargo en Italia.

Algunas de las suites cuentan con chimenea e incluso una de ellas con un gran piano y en todas destaca el bien logrado trabajo de carpintería que con murales de cedro integrados se complementan en algunos casos con obras de arte como las pinturas en técnica mixta de Jorge Galindo —que aparecerán también en la próxima carta de vinos de Atrio—, o, en el caso de la habitación de la Torre, con la quinta edición de los facsímiles de *Los Caprichos* de Goya, un regalo personal de Helga de Alvear.

**Sofisticada sencillez**

Además, en cada suite hay un mueble-bar integrado de los años 50, forrado en pan de oro y con interior de espejo, que ofrece una selección de destilados y una cafetera Nespresso de cortesía.



Los muebles de las habitaciones son exclusivas piezas de fabricación nórdica en maderas de máxima calidad y de diseñadores como Thonet o Carl Hansen, y se combinan con lámparas de estilo *art déco* como la emblemática de escritorio de Louis Poulsen y la AJ Royal de Arne Jacobsen fabricada por Santa & Cole.

El amor por el arte y la arquitectura de Polo y Pérez se refleja en cada detalle: en cada mesilla aguardan una pequeña libreta Moleskine y un ejemplar de *Las conversaciones con Marcel Duchamp*, de Pierre Cabanne, libro clave para entender la evolución del arte contemporáneo. ¿Se puede pedir más?

El cuidado del detalle queda patente también en los textiles con sábanas de 1.000 hilos fabricadas a medida y toallas y albornoces de la firma de lujo Frette, fundada en 1860 en Grenoble, Francia; el equipo de música de última generación que puede conectarse en el interior de la ducha y la completísima línea de *amenities* del cuarto de baño: gel, acondicionador, sales de baño, crema hidratante, etc. El huésped puede disponer de un mayordomo las 24 horas dispuesto a satisfacer las necesidades del visitante, así como del completo desayuno de Atrio en la habitación servido en la fantástica va-

jilla colección Verdures, de Raynaud, Limoges.

### *Un legado que mantener*

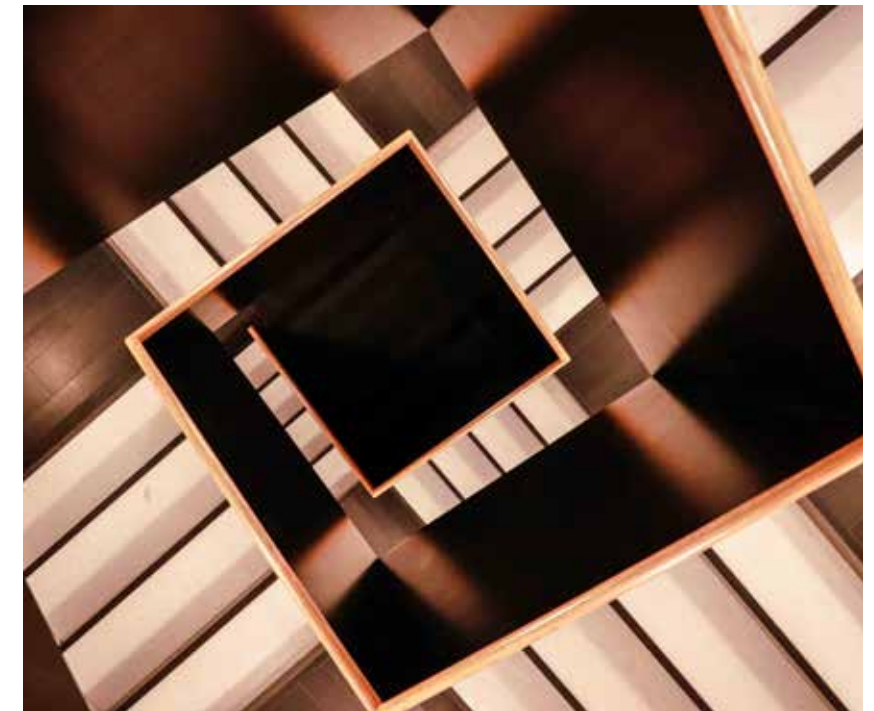
Oyendo hablar a José sobre la Fundación Atrio Cáceres se entiende mejor la aparición de la misma por la necesidad de devolver y retribuir tanto a Cáceres como a la sociedad en general todo lo que les ha dado, y la importancia de encontrar quién maneje el patrimonio y el legado que dejarán cuando falten. A sus cortos meses de vida, la fundación ya ha conseguido financiar clases de música extraescolares para niños, ha celebrado un ciclo de conciertos y, gracias a Toño y a José, ha recibido la donación de su edificio sede donde, adicionalmente, se creará una escuela de música y un auditorio.

Toño Pérez y José Polo serán siempre los responsables de haber elevado la ciudad de Cáceres a los primeros planos internacionales del mundo de la gastronomía, del arte contemporáneo y, como hemos podido constatar en este viaje, de la hospitalidad. Asumimos a Casa Paredes Saavedra como el summum de la excelencia y quizás el mayor representante en España de lo que hoy se entiende como "nuevo lujo". ●

[www.restauranteatrío.com](http://www.restauranteatrío.com)



Toño Pérez y José Polo han cuidado todos los detalles: bañeras de una sola pieza de mármol, la quinta edición de los facsímiles de los 'Caprichos' de Goya, una libreta Moleskine en cada mesilla; hasta la escalera es puro arte.





Vista del hotel, arquitectura típica de Mauricio.

## LA PIROGUE de Sunlife

Auténtica y lujosa experiencia mauriciana

**Especialmente pensado para quienes buscan el auténtico espíritu de Isla Mauricio, el resort cuatro estrellas superior La Pirogue propone una estancia en la que se combinan playas de arena blanca y gastronomía autóctona e internacional con experiencias gratuitas únicas, como practicar golf y windsurf o recuperar corales.**

**P**ionero en la costa oeste de Mauricio, La Pirogue (Piragua en francés) abrió sus puertas en 1976 y desde entonces no ha parado de mejorar sus instalaciones, lo que le ha mantenido como uno de los más valorados y solicitados de la isla índica, con una propuesta variada que abarca todos los gustos posibles y con una oferta gastronómica de primer orden.

### Autenticidad y lujo

Porque La Pirogue consigue reunir lo que muy pocos resorts alcanzan, incluso por

separado: autenticidad y lujo. Un tándem indivisible en este complejo cuatro estrellas superior que muestra, vive y transmite la verdadera esencia mauriciana a través de su reciente creación Village Vibe, que asemeja a un pueblo tradicional de pescadores. Un pueblo de bungalós rodeado de palmeras y cocoteros que alcanzan hasta el borde de la increíble playa de arenas blancas y aguas turquesas.

La Pirogue, además muestra una envidiable capacidad para acoger igualmente a parejas que buscan tranquilidad como a fa-

TEXTO **DELMO**  
[topviajes@topviajes.net](mailto:topviajes@topviajes.net)



milias que persiguen disfrutar de unas vacaciones plenas para lo cual dispone de distintos alojamientos.

### Habitaciones y suites

Las 248 habitaciones con que cuenta el resort están distribuidas en los bungalós construidos con roca volcánica y madera y con techos de paja cuya estructura recuerda a las piraguas tradicionales, de ahí el nombre de La Pirogue, decoradas con muebles de macramé y ratán creando un ambiente bohemio que recuerda los años 70 del pasado siglo. Todas ellas incluyen baño moderno, con bañera y ducha separadas, y una terraza privada.

Las Garden Bungalow, de 25 m<sup>2</sup>, están enclavadas entre los cocoteros, mientras que las Beach Pavillion, de 35 m<sup>2</sup>, disponen de vistas a la laguna y al océano y con acceso directo a la playa. Lo 78 m<sup>2</sup> de las exclusivas Senior Suite Pavillion permiten disfrutar, además, de una amplia sala de estar independiente, de un minibar completamente equipado, de un servicio de mayordomo privado las 24 horas del día y de acceso a un magnífico gazebo particular en la playa.

### Gastronomía a cualquier hora

La amplia oferta gastronómica de La Pirogue alcanza prácticamente todo el día. Desde el amanecer hasta mucho después de la puesta del sol se alternan y coinciden bares y restaurantes para disfrutar de numerosas opciones.

Los desayunos están centrados en Wolmar, local de planta abierta situado en el centro del complejo hotelero que ofrece un inabarcable bufé en el que además caben numerosos puestos de cocina en vivo. Puestos de cocina a la vista que se convierten en un imán para el huésped cuando, una vez a la semana, se celebra la cena barbacoa mauriciana.

El Magenta Seafood, instalado en una terraza sobre una piscina azul

De arriba abajo:  
Vista exterior de la suite.  
Garden family bungalow.  
Senior suite pavillion.



La Pirogue destaca por estar abierto a las magníficas playas de Flic en Flac, en la costa oeste mauriciana. Abajo, una de las espectaculares estancias del spa Cinq Mondes.

celeste y con vistas a la montaña le Morne, sirve cada día, a la hora del almuerzo y de la cena, los pescados y mariscos recién capturados, asados a la parrilla o como ingredientes básicos de las mejores recetas de la gastronomía mauriciana.

También para almuerzos y cenas, pero más informales, está Coconut Café, el local dedicado a servir productos frescos elaborados al estilo de la auténtica comida callejera de la isla; un espacio que recuerda la arquitectura de un mercado tradicional y que resulta idóneo para prolongar la sobremesa hasta donde el comensal lo desee acompañado de cócteles de coco servidos en su propia corteza.



Le Morne Beach Bar, abierto prácticamente durante todo el día, también luce el cartel de informal. Un local especializado en bebidas frías, como cervezas locales, bocadillos y comidas ligeras para disfrutar de una indescriptible puesta de sol en la playa, tras la cual llega el momento de encender las hogueras y el turno del DJ y del baile hasta las...

Música también, pero en directo, propone el Medine Bar para pasar una agradable velada hasta altas horas de la noche. Es la ocasión para elegir entre los muchos rones seleccionados, locales o no, o el licor preferido que integran la carta de bebidas.

Más exquisito en el tema de las bebidas es el Van der Stel Wine Bar, el local pensado para los amantes del vino, con más de 60 referencias seleccionadas por un sumiller especializado para dar en el clavo con las preferencias de cada uno por muy exigente que se sea.

### Otras experiencias

Más allá de lo que pueda resultar habitual en un resort, La Pirogue aborda muchas otras experiencias que pueden parecer incluso



exóticas en otros complejos turísticos. Es el caso de Sound, un estudio de música en el que artistas locales e internacionales graban, y hasta bailan e invitan a bailar, sus propias creaciones hasta hacer de estas interpretaciones auténticos espectáculos de *sega* (baile autóctono) en los que se unen danzas y sonidos mauricianos. Es una de las posibilidades que ofrece el programa de inmersión cultural que propicia La Pirogue y que incluye, también, clases de criollo, de tatuajes de *henna* y de cocina loca, así como de 'escalada' de cocoteros o de visitas a los mercados de artesanía de la isla.

No falta la vertiente más relajante de una estancia completa, como las propuestas del spa Cinq Mondes, con tratamientos de todo tipo; la artística que permite pintar al gusto de cada uno una típica piragua de pescadores o participar en la narración de cuentos mauricianos mientras se disfruta de un *confit*, esa receta tradicional de fruta maridada con salsa, guindilla y salsa de tamarindo.

### Actividades gratuitas

Por último, y no por ello menos importante, La Pirogue ofrece una serie de actividades gratuitas. Entre las acuáticas figuran el kayak, las barcas a pedales, los paseos en barco con fondos transparentes, el windsurf, el pádel surf, el baile zumba en la piscina o el cultivo de coral. En seco, se puede disfrutar, sin coste alguno, del golf en el cercano campo de tamarina con los traslados incluidos o bien en el exclusivo campo de Île aux Cerfs (isla de los Ciervos), en este caso con los gastos de traslado por cuenta del cliente; clases de estiramiento, yoga, fútbol americano, ping pong, bádminton, balonvolea o ajedrez gigante.

Sin olvidar que el resort dispone de sendos clubes para niños y adolescentes con actividades deportivas y menús especiales para esas edades. ●

<https://www.lapiroguemauritius.com/>

De arriba abajo:  
Piscina con vistas al Índico.  
Terraza del Medine Bar.  
Van Der Stel Wine Bar, una vinoteca especial.



Nadar a la sombra de la Giralda.

## HOTEL LOS SEISES (SEVILLA)

### La catedral y La Giralda como vecinas

**En pleno barrio de Santa Cruz, el Hotel los Seises tiene todo lo necesario y más para disfrutar de la vida sevillana: vino fino, pata negra y tablao para terminar en el ático contemplando La Giralda.**

**E**ra un soleado día de marzo, de esos que a Sevilla no le falta de nada. Un cielo azul rabioso, el aroma del azahar de sus muchos naranjos en flor, el estallido de la primavera por cada esquina y las campanas de la catedral tañendo al lado del Hotel los Seises, desde cuyo ático prácticamente se toca la Giralda.

Al Hotel Los Seises tampoco le falta de nada. Desde su unión con el sello *Tribute Portfolio* de Marriot, tras una exhaustiva renovación de sus instalaciones, ha añadido nuevos espacios.

Escondido en una de las callejuelas pintadas de blanco y albero del Barrio de Santa Cruz, en el tercer patio del Palacio Arzobispal de Sevilla, al atravesar su señorial fachada se abre un bello y sorprendente alojamiento decorado con gusto exquisito. El guiño a Sevilla, a su alegría, se recoge en cada detalle; en los jarrones con flores de mimosa de la temporada, en el acariciador sonido del agua de las fuentes, en el cóctel de bienvenida; una deliciosa mezcla de Pedro Ximénez y zumo de mango que se sirve en el Sherry & Champagne Bar,



TEXTO **MENANA MUNAR**  
[www.laventanademanana.es](http://www.laventanademanana.es)

y en el trato cordial con ese acento sevillano del personal. En el bar llama la atención el mural de dos jóvenes vestidos con el cuidadísimo traje que caracteriza al grupo de seis infantes con sombrero de plumas que bailan en algunas festividades de la catedral y que dan nombre al hotel.

### Una casa sevillana

Sus 42 habitaciones conservan el sello personal, algunas con terraza, otras miran a La Giralda pero todas están vestidas al detalle y con algún que otro objeto contemporáneo que le dan un aire rompedor. Tal es el caso de la escalera que conduce al ático Pura Vida, gestionado por el tarifeño Paco Pérez Gil, pintada con grafitis que hacen alusión a personajes famosos, como Lola Flores, Frida Khalo o Salvador Dalí, entre otros coloridos motivos de arte urbano que se suceden por las plantas del hotel. Una vez en ese ático, uno de los más codiciados de Sevilla, con espacio para 200 personas, la Giralda iluminada al anochecer embellece la noche sevillana con su cercanía. Un entorno especial que sirve de escenario para conciertos de flamenco, los dominogs, y de jazz, los viernes. La carta de coctelería clásica y de autor está garantizada durante todo el año; en verano acompañada por un picoteo e incluso de un bañito en la cercana Pool Roof Terrace.

### Desayuno sobre ruinas históricas

Pero sigamos con las gratas sorpresas que aguardan dentro del Hotel los Seises, por ejemplo El Invernadero, donde se sirven unos desayunos increíbles; desde una copa de mimosa, hasta un plato de paella, sin obviar la excelente bollería o los huevos al gusto. Todo esto en un entorno de ruinas romanas, almohades y barrocas; algunas de ellas visibles a través del suelo acristalado.

La degustación de jamón ibérico 5J cortado por Florencio Sandrichán fue un momento difícil de olvidar. De forma artística iba cubriendo plato con lonchas finas y de diversos matices según la



▲ Excelsa decoración y atención del personal.



▲ Las habitaciones tienen un sello propio. ▼ Terraza del Patio del Pali.



▼ Accesos al hotel y al Patio del Pali.





▲ La escalera del ático es un homenaje al arte callejero.



▲ En el salón, los famosos Seises que dan nombre al hotel.

parte del jamón que cortara. Platos con jamón sin tocino, otros con él, en cortes perfectamente alineados. Su textura y sabor únicos alcanzaba ese toque artístico de la perfecta presentación y el romanticismo, la poesía con que Florencio hablaba sobre el bocado sublime, desde la montanera, sus campos, sus flores, hasta el proceso que le convierte en una de las delicias gastronómicas más deseadas del mundo.

### El Patio del Pali

El restaurante del hotel se llama El Patio del Pali, un bistró andaluz nombrado así en honor a *El trovador de Sevilla*, cuyo rostro está dibujado en la antena parabólica de la terraza Pura Vida junto a su famosa frase como acto de protesta contra la invasión rusa en Ucrania "menos misiles y más pavías".

El patio de Pali está rodeado de naranjos, tiene un olivo traído de Getsemaní, cada mesa se alegra con la presencia de jarrones con flores y una vajilla de la cartuja con un filo amarillo fosforito que no pasa desapercibido.

Es un patio que rebosa la sensualidad sevillana por los cuatro costados. Llega el momento de sentarse a la mesa y disfrutar de esa carta de Andrés Madrigal, el chef madrileño que triunfa en la capital con La Única y quien obtuvo la estrella Michelin en 1991 con El Olivo. Su estilo mediterráneo renueva el recetario hispalense de toda la vida. Siguiendo la base tradicional, al estilo de tapas sevillanas, para compartir, sobresalen entre las muchas delicias originales, el chicharrón gaditano con salsa tonnato, los soldaditos de Pavía con alioli y salmorejo, o un pulpo exquisito que lleva patata revolcona en lugar de cachelos. Espectaculares son los garbanzos pedrosillanos con jardín de foie gras de pato caliente. El menú completa sus especialidades de La Única con un ceviche de lubina, tomate de árbol, maracuyá, coco y aguacate tatemado, y un crujiente cochinillo de Sepúlveda, ribeteado con pibil, guacamole y xinipec. El postre de la tarta inversa de queso, crema de maíz y helado de vainilla de Veracruz es todo un descu-

brimiento. Platos regados por Alta Pavina Pinot Noir Rose, Alta Pavina Pinot Noir seis meses, Citius Pinot Noir 100% y Williams, moscatel.

Saliendo del Patio del Pali se llega en dos zancadas a la Plaza de la catedral. Una hermosa aparición que se presenta al doblar la esquina de una de las callejuelas del Barrio de Santa Cruz, ante la que hay que detenerse a contemplarla, antes de seguir el paseo por uno de los lugares más encantadores que se puedan encontrar.

De vuelta al hotel y como final de la velada, en el tablao La Giralda, una hermosa bailaora deja al público con la boca abierta por su arte y su gracia al mover con arte la cola de su vestido de faralaes negro con bancos lunares. ●

[www.marriott.com/en-us/hotels/svqtx-los-seises-sevilla-a-tribute-portfolio-hotel/](http://www.marriott.com/en-us/hotels/svqtx-los-seises-sevilla-a-tribute-portfolio-hotel/)



▲ Garbanzos pedrosillanos de Andrés Madrigal para el Patio del Pali.  
▼ Cochinillo de Sepúlveda ribeteado con pibil, guacamole y xinipec.



▼ El servicio de El Patio del Pali cuida todos los detalles.  
▲ En El patio de Pali se practica el arte de venenciar el fino.



## COCINA SALUDABLE

### Presentación del Menú Primavera 2023

TEXTO FERNANDO PASTRANO / FOTOS PILAR ARCOS

**El menú de primavera 2023 de las "Healthy Gourmet Seasons" de Pilar Carrizosa ha sido protagonizado por el chef Juanma Muñoz Vera, asesor, consultor de cocina y chef ejecutivo de la cadena Don Raimundo de Sevilla, quien desplegó sus conocimientos culinarios en la sede de la Asociación de Cocineros y Reposteros de la Comunidad de Madrid (ACYRE), situada en la histórica calle de Las Huertas, en pleno barrio de Las Letras y que cumple estos días cien años.**



Foto de familia con todos los participantes en la presentación del Menú Primavera 2023.

En la otra página: un momento de la presentación en la Asociación de Cocineros y Reposteros de la Comunidad de Madrid (ACYRE), el chef Juanma Muñoz Vera muestra un tomate murice y Pilar Carrizosa, presentadora del acto.

Con este tipo de cocina rompedora se trata de rizar el rizo, de dar un salto de trampolín sobre los fogones, realizar tirabuzones conceptuales, sorprender, asombrar, divertir... De hacer espectáculo con los pucheros, ya que hoy todo es espectáculo.

Deconstruir platos; dar la vuelta a las recetas; que parezca una cosa y sepa a otra; en vista dulce, en boca salado; antífrasis culinaria; trampantojo sensorial. Pero al final tiene buen sabor, está rico,

es un arte de experimentación y lo que llega a nuestras bocas ha sido probado y reprobado, los cocineros no se la juegan. ¡Cuántos otros bocados se habrán quedado por el camino al no haber alcanzado el visto bueno en la cocina!

Y como un día es un día, pues está bien. Comer esto a diario sería más pe-liagudo, ya no sería tan divertido.

Juanma Muñoz hizo alarde de imaginación a través de su cocina pasional, emotiva y osada. Combinó algunos in-



gredientes que en principio diríamos que se repelen, pero que al final se atraen como imanes. Todo bajo el lema *La sencillez es el plato más complejo*.

#### Ingredientes

Durante el acto conducido por Pilar Carrizosa y mientras el chef cocinaba, fueron interviniendo los responsables de los productos que iban a ser los ingredientes del menú.

AOVE Claramunt y sus Vinagres Gran Selección. El aceite Claramunt llegó del campo gienense en sus cuatro variedades, dos habituales: arbequina y picual, otra que han incorporado este año 2023: koroneiki (originaria de Grecia), y la novísima frantoio, que, oriunda de la Toscana italiana, se cultiva con éxito en Baeza.

El vino rosado Las Luceras, cosecha 2022, lo aportó Remigio de Salas Jalón, un histórico establecimiento palentino de la D.O. Cigales fundado en 1737, cuando se unieron nueve bodegas subterráneas.

La morcilla de Burgos con IGP (Indicación Geográfica Protegida) llevaba la marca El Revillano, de Aranda de Duero. Está elaborada con unos componentes muy concretos: cebolla horcal, manteca, arroz seco de grano entero (japónica Bahía o Bomba extra,) sangre, especias y sal. Ni más ni menos. Apta para diabéticos.





Ingrediente con los que se elaboró el "Healthy Gourmet Seasons" de primavera.

Abajo: rosado Las Luceras D.O. Cigales.

En la otra página, los cinco platos del menú.

Las alcachofas, o mejor dicho, la Flor de Alcachofa es un producto muy refinado de Caprichos del Paladar, una empresa con más de 20 años de experiencia en el cultivo y comercialización de vegetales en conserva. Asegura ser la única empresa española que gracias a su conocimiento del campo, selecciona y envasa artesanalmente sus vegetales apostando

por una agricultura responsable y sostenible.

El tomate estuvo representado con las variedades adora y murice, también conocido como "tomate azul" con origen en los Estados Unidos, ambos de la cooperativa granadina La Palma, que celebra este año su medio siglo de existencia. Su calidad apoyada en las premisas sosteni-

bilidad, salud, sabor y digitalización, han hecho que le otorgaran el premio Andalucía Excelente 2022.

IGP Ternera de Aliste, aportó la carne de vacuno joven (entre ocho y 12 meses) procedente de la zona oeste de Zamora (Comarcas de Aliste, Sayago y Sanabria) fronteriza con Portugal. Se caracteriza por un método de cría basado en la lactancia materna. Su lema es "En tierra de lobos criamos jatos". Antiguamente abundaba el lobo ibérico y el jato (ternero) permanecía resguardado en el establo desde su nacimiento. Hoy ya no hay lobos, pero las vacas siguen saliendo a pastar durante el día, amamantando al jato antes de salir del establo y a su regreso.

Las galletas artesanales Onesimun, de Segovia, son un producto natural eco, bio y vegano que armonizan a las mil maravillas con las infusiones de Josenea, una empresa navarra que sostiene un centro de inserción socio laboral cuyo objetivo es la incorporación de personas en exclusión social.

### Menú con mucho sabor

Con estos mimbres obligados, mucha imaginación y muy buen saber hacer, Juanma elaboró unos cestos asombrosos, un menú sin lactosa, sin gluten y sin proteína de pescado, pero con mucho sabor.

Empezó con una ensalada templada de alcachofa confitada en aove con escabeche de jamón ibérico y foie.

Siguió con un carpaccio de piña, corte popular en tierras brasileñas y lusitanas, que corresponde a la tapilla de ternera.

A continuación un lienzo de ternera con galletas de naranja, cúrcuma y jengibre que, aunque no suena muy bien, sabe de rechupete.

Antes del postre llegó un "pre-postre" a base de morcilla de Burgos y gel de infusión de anís, manzanilla, regaliz y flor de hibiscus. ¿Dulce, salado? A veces lo uno, a veces lo otro. Sorprendente.

Y para acabar este menú, que pudimos degustar completo cada uno de los asistentes a la presentación, se sirvió un plato compuesto por helado de tomate con infusión de anís, manzanilla y regaliz, y galletas de quinoa, canela, limón, espelta, y de vainilla y naranja. ¡Ahí es nada! ●



## LA ROTONDA DEL PALACE

### Menú en homenaje a Picasso en su paso por Madrid

TEXTO CARLOS MONSELET

**El madrileño Hotel Palace encabeza una experiencia relacionada con el paso de Pablo Picasso por la capital. Un recorrido por varios lugares a los que fue asiduo el pintor malagueño y que termina con un espléndido menú elaborado por el chef José Luque, servido en el restaurante La Rotonda.**



Carpaccio de Ternera y sandía con tofu y AOVE.



Sardina, boquerón y anchoa con ajo blanco malagueño y salsa de ostras



Estofado de vaca cubista con patatas al cubo.

El 8 de abril se cumplieron 50 años del fallecimiento de Pablo Ruiz Picasso, uno de los más grandes artistas españoles de todos los tiempos, motivo por el que The Westin Palace, Madrid ha ideado varias experiencias que rinden homenaje a uno de sus más habituales e ilustres huéspedes y que culmina con un menú relacionado con la obra del genial malagueño creado y elaborado por José Luque, chef ejecutivo del cinco estrellas madrileño, y servido en su emblemático restaurante La Rotonda.

#### Fuente de inspiración

Para Picasso, la cocina y todo cuanto la rodea, fue una gran fuente de inspiración. Espacios, alimentos y naturalezas muertas llenan su obra. El menú *Picasso en el Palace*, de José Luque, comienza con la *Sangría de Els Quatre Gats en texturas*, en recuerdo a la famosa taberna que sumergió a Picasso en la vibrante vida bohemia y artística barcelonesa. Le sigue un *Carpaccio de ternera y sandía con tofu y AOVE* en el que el chef ha tomado prestados los pigmentos pictóricos de *Las Señoritas de Avignon*, esa obra rupturista que representa el nacimiento del movimiento cubista. A continuación, *Sardina, boquerón y anchoa con ajo blanco malagueño y salsa de ostras*, una receta que pretende rememorar la esencia y



Cóctel azul.



Pavlova rellena de crema de absenta.

el aroma de las playas que poblaron la infancia del pintor. Para el siguiente paso, el chef se ha permitido la licencia creativa de aplicar la técnica cubista para elaborar un *Estofado cubista con patatas al cubo*, inspirado en su obra *Casas en una colina*. Previo al postre se sirve un *Cóctel azul*, un guiño mixológico inspirado en el período azul del pintor. Su fascinación por los ballets rusos llevó a Picasso a diseñar los decorados y los carteles de sus espectáculos a principios del siglo XX, por lo que el chef propone para finalizar una *Pavlova rellena de crema de absenta*, un dulce de origen ruso relleno de una crema elaborada con el licor prohibido que tanto inspiraba a los artistas en aquella época.

El menú (70 €) incluye vinos de la casa y está disponible en el restaurante La Rotonda, tanto para almuerzos como para cenas desde el 26 de abril, excepto para el almuerzo de los domingos.

#### Recorrido picassiano

La experiencia gastronómica se engloba en el programa *Picasso en Madrid, vida y arte de un maestro revolucionario del siglo XX*, basada en un recorrido que sumergirá en la vida y la obra del artista, así como su corta pero impactante estancia en Madrid.

La experiencia comienza en el hotel, lugar de encuentro con un guía privado para hacer un recorrido por el Madrid de primeros años del siglo XX, empezando por el 1912 Museo Bar del Palace, donde se muestra un libro histórico de registro de hace más de 100 años que atestigua la estancia del artista en el hotel en múltiples ocasiones. A continuación, una parada frente al Museo del Prado para saber un poco más sobre su primera visita a la pinacoteca de la que Picasso fue nombrado director en 1936, poco después del estallido de la Guerra Civil española. Caminando unos minutos por el Paseo del Prado, se visita el Museo Reina Sofía para disfrutar algunas de las obras más importantes de Picasso, incluido su *Guernica* de 1937, que se expuso en la Exposición Internacional de París celebrada ese año.

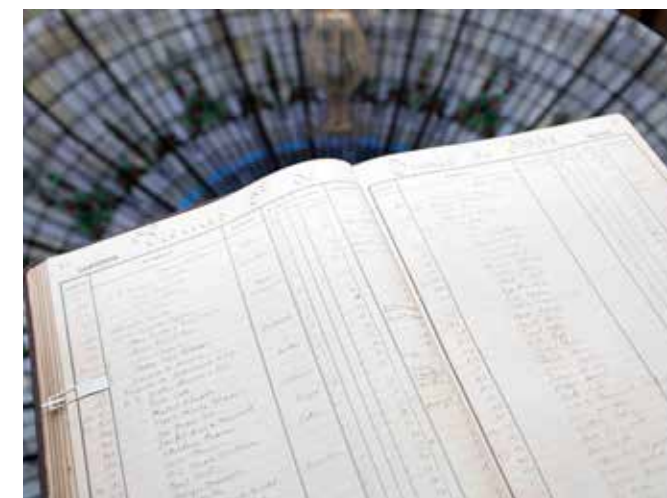
Tras admirar la obra del artista, el guía se adentra en el barrio de los Austrias, el más antiguo de Madrid, hasta llegar a Sol para visitar una tienda muy especial. Se trata de Capas Seseña, referencia mundial de la capa española donde le confeccionaban a Picasso sus propios y particulares ejemplares de este icono de elegancia tan autóctono. Tan fan era Picasso de esta prenda, que su mejor amigo le envolvió con una de ellas cuando falleció, y con ella fue enterrado.

La última parada es frente a la Real Academia de San Fernando, donde Picasso estudió a los 16 años, en 1897, y conoció la obra de muchos grandes artistas. ●

Para reservar este menú: [www.larotondapalace.com](http://www.larotondapalace.com)

El tour *Picasso en Madrid* está disponible de martes a domingo y tiene una duración aproximada de 3 horas. Las tarifas fluctúan en función del número de personas.

Para más información: Day Tour Madrid: *Picasso's Madrid* - Insider's Travel ([insiderstravel.io](http://insiderstravel.io)).



Picasso figura en el libro de huéspedes de 1917 del Palace.

## KOKOCHIN

### De plato en plato por la Ruta de la Seda

TEXTO FERNANDO PASTRANO FOTOS PILAR ARCOS

**Un nuevo restaurante oriental viene a sumarse a la lista de éxitos que acumula en pocos años el grupo Mandarin Gourmet. Próximo al hipódromo de La Zarzuela, Kokochin aúna en su carta los sabores orientales (de Vietnam, Birmania, China, Mongolia, India...) y los gustos españoles.**



Xiaolong,



Jiaozi .



Wonton.

El Mandarin Gourmet es uno de los grupos de "viajes, hostelería y food factory" más importantes de España y está dirigido por la empresaria Julia Zhou. A él pertenece El Bund (<https://elbund.com/>), un excelente restaurante chino que abrió sus puertas en 2010 en un chalé de la zona de Arturo Soria. Cinco años después inauguraron Casa Lafu ([www.casalafu.com](http://www.casalafu.com)), que significa Hot Pot u Olla Picante, en la calle Flor Baja, pegado a la Gran Vía. Y hace año y medio el más joven de los tres, Kokochin ([www.kokochin.es](http://www.kokochin.es)), junto al Hipódromo de la Zarzuela. En este poco tiempo se ha consolidado como uno de los mejores asiáticos de Madrid.

#### **Fachada moderna, restaurante acogedor**

Kokochin Experience, que éste es su nombre completo, se encuentra en el Camino de la Zarzuela, 21, detrás del Hotel Aravaca Village. Desde el exterior no es fácil adivinar que

tras una moderna fachada de acero y vidrio se encuentra un restaurante acogedor, cálido pero muy luminoso gracias a sus amplias ventanas. Un local amplio, para un centenar de comensales, en el que el estudio de diseño de interiores Amoedo Projects se ha encargado de crear diversos ambientes inspirados en varios países orientales.

Nada más traspasar la puerta, nos reciben un par de leonas de bronce que recuerdan a las quimeras sumerias. Hay rincones chinos junto a una estantería de tibores de porcelana, y otro con muebles y lámparas de ratán que nos llevan al Sureste Asiático. En el centro, una gran isla que acoge una barra cuadrada con licores de todo el mundo esperando ser convertidos en infinidad de cócteles.

#### **Carta tan larga como la Ruta de la Seda**

La filosofía del Kokochin es "Compartir, saborear, conectar" y para ello, de la conjunción de los chefs Liming Zeng y Alejandro Castelán ha salido una carta que aúna con inteligencia los sabores orientales y los gustos españoles. Carta quizás demasiado larga (yo conté 78 platos), aunque también es verdad que la Ruta de la



Rincón chino. Abajo: panorámica de la sala de Kokochin.

Seda en la que está inspirada es también muy larga.

Cocina de fusión *ma non troppo* en la que destacan los platos chinos, especialmente de la cocina de Sichuán (como en El Bund y Casa Lafu) aunque también hay especialidades de





Burma Bowl .



Sopa agriopicante.



Berenjenas de Sichuan.



Tiras de solomillo.

otros países. De Japón, por ejemplo, (que no tiene nada que ver con la Ruta de la Seda, pero que no puede faltar en un restaurante asiático) hay niguiris con varios rellenos como *foie gras*, anguila, vieira... o makis, incluyendo el California Roll, que como dice su nombre se inventó en Estados Unidos.

De la India hay samosas (empanadillas triangulares) de rabo de toro. Fusión bien fusionada. De Birmania ofrecen un colorido Burma Bowl con dados de salmón macerado, remolacha, aguacate, cebolla y alga nori. De Mongolia, una pierna de cordero asada con cominos y guindilla en polvo. De Vietnam, rollitos goi-cuon (literalmente rollitos vegetales) de masa de arroz. De Malasia, su famosa laksa, una sopa con fideos de arroz, curri y leche de coco.

### Especialidades chinas

Nosotros enfocamos nuestro menú más del lado chino. Empezamos con un aperitivo de xialong clásicos, que son unos bollitos al vapor rellenos de carne de cerdo. Seguimos por una colorida bandeja de dimsum a la plancha que en el Kokochin llaman "Surtido del Chef". Son en realidad cuatro jiaozi de otros tantos colores. Los verdes están rellenos de verdura y setas; los naranja de pollo y maíz; los amarillos de pato; y los negros de cerdo ibérico. Tan sabrosos como fotogénicos. Nota: los jiaozi son el origen de las aquí más conocidas gyozas japonesas.

A continuación unos wonton, otro tipo de empanadillas o raviolitos, esta vez al vapor y rellenos de carne con verduras. Para mí el momento culminante llegó con la sopa agriopicante. Siempre que quiero valorar un restaurante chino, la pido. Tiras de pollo, brotes de bambú, setas de oreja de madera (que crecen en los troncos de ciertos árboles de hoja caduca), toufú... servida en marmita de porcelana blanca con fuego debajo para que no se enfríe. Pasó el examen con sobresaliente.

Las berenjenas de Sichuán son una especialidad de la casa. Berenjenas marinadas con douchi (soja negra fermentada) con un toque picante cítrico que le confiere la peculiar pimienta de



Arroz frito cantonés.



Langostinos Kung Pao.



Rincón del Sudeste asiático. Arriba, sala Kokochin.

Sichuán, muy diferente al de la guindilla o los chiles. En esta ocasión en concreto pecaba de demasiado dulzor, quizás para que el paladar español lo aceptara.

Luego, tiras de solomillo de ternera crujientes rebozadas con pimentón sichuanés. Aquí la balanza se inclinó por la sal, aunque en conjunto las tiras estaban buenas.

El Burma Bowl, ya lo hemos dicho, es un plato combinado muy colorido a base de dados de salmón macerado, remolacha, aguacate, cebolla y alga nori (la que se emplea para elaborar los sushi).

Un acompañamiento que podría funcionar muy bien como plato en sí mismo, fue el arroz frito cantonés (en realidad solo salteado) con verduras, salsa de soja y aceite de sésamo.

Los langostinos kung pao cerraron nuestra degustación. El kung pao, otra especialidad si-

chuanesa, normalmente se hace con pollo, pero aquí nos lo ofrecieron con langostinos. Salteados en el wok con salsa hoisin (la que acompaña al pato laqueado, que en este caso no tomamos), dados de verduras, aceite de sésamo y vinagre negro. Sabroso y jugoso.

Tampoco tomamos postres, algo normal en los restaurantes y las casas chinas, aunque en la carta del Kokochin hay más de una decena, algunos tan sugerentes como los mochi caseiros o el tiramisú de té verde.

Al que le guste el vino, que lo pida, la carta está muy bien surtida, pero con una comida oriental armoniza mucho mejor la cerveza. Tienen la Tsingtao, una cerveza Made in China que se fabrica desde que unos alemanes establecieron una fábrica en la ciudad de Tsingtao a principios del siglo XX. ●

### Una princesa mongola

Y a todo esto ¿por qué se llama Kokochin? Pues Kokochin (Dama Azul o Celeste) era una princesa mongola del siglo XIII. En aquel tiempo, Arghun el kan (máximo gobernante) de Persia se quedó viudo y pidió al Kublai Kan de China, su tío abuelo, que le buscara una doncella con la que casarse. Kokochin, que tenía 17 años, fue la elegida y Marco Polo, el viajero veneciano que se había ganado la confianza de Kublai, fue designado para llevar a la princesa desde Cambaluk (la actual Pekín) hasta Tabriz (hoy en Irán).

En principio pensaron en seguir la Ruta de la Seda terrestre, idea que desecharon por peligrosa. Si lo hicieron por mar y tardaron dos años en llegar. Pasaron por Vietnam, Sumatra, Ceilán, India y Persia. Pero cuando llegaron, Arghun acababa de ser asesinado y Kokochin se casó con Ghazan, hijo del kan fallecido.

Novelesca leyenda que permite dar nombre a un muy interesante restaurante que nos ofrece la posibilidad de hacer un viaje gastronómico por la Ruta de la Seda sin salir de Madrid.

## ANNAPURNA CAKES

### Alta pastelería creativa

TEXTO HERNANDO REYES ISAZA

**Paula Castañeda, una joven periodista nacida en Barranquilla, Colombia, y reconvertida en pastelera abre su obrador en Aravaca (Madrid). Tras haberse formado en Alicante de la mano del gran maestro Paco Torreblanca, aplica en su local las técnicas de la alta pastelería francesa.**



Tarta de chocolate.



Pie de fresas.



Mini pie de limón.



Mini selva negra.



Mini Sacher.

Fue un máster en Responsabilidad Social Corporativa en la Universidad de Alcalá de Henares el que trajo en 2009 a esta colombiana a España, tras graduarse en Comunicación Social y Periodismo. Aunque su idea no era quedarse en España terminó trabajando en temas de sostenibilidad en un potente grupo alimentario, pero gracias al espíritu emprendedor que siempre vio en su casa y tras su baja de maternidad empezó su propio negocio.

Casi como premonitorios fueron aquellos cursos en la universidad, donde Paula vendía los dulces y los *brownies* que ella misma hacía para sacarse un dinero extra, pues años después tomaría rumbo a Alicante para cursar el Máster de Alta Pastelería Torreblanca, dejando atrás su trabajo en Madrid. En la Escuela Torreblanca conoció a la mexicana Jimena Rubio, quien no dudó en embarcarse a su lado en esta nueva aventura empresarial. Formada en México con el grado de Dirección de Negocios de Hostelería, se convirtió en su mano derecha desde el primer día. Tras escoger el local y realizar las pruebas de producto, el obrador de Annapurna Cakes abrió en junio de 2022.

#### Lo artesanal con aires contemporáneos

Las creaciones pasteleras con una base francesa con la sutileza como leimotiv, y las presentaciones adaptadas a los tiempos actuales con una estética más moderna y cercana

siempre han sido una premisa. Todas las elaboraciones en Annapurna Cakes son artesanales, desde los procesos a mano, como los batidos livianos para hacer los bizcochos o sus rellenos a base de *mousses* que aportan una sensación muy cremosa y aireada en boca, hasta la decoración de granos de café de la tarta tiramisú o las hojas doradas sobre la Selva Negra, que elaboran una a una.

Los bizcochos, en su mayoría, son batidos ligeros que no incorporan grasas y se elaboran a mano durante la mitad del proceso, incorporando el aire a la masa con técnica y sin polvos de hornear o aditivos, lo que los hace muy esponjosos. Los rellenos, por su parte, requieren reposos de 24 horas para que se estabilicen y tengan una deliciosa textura en boca. Paola reconoce que sus tartas son más parecidas a postres, porque casi el 50% de ellas son espumas en las que la cuchara se desliza sola.

Entre sus dulces más solicitados se encuentran el Pie de limón, que elabora con galleta *sablé* de mantequilla artesana, crema de limón de zumo natural recién exprimido, ganache de chocolate blanco infundido 24 horas en limón y suspiros de merengue crujientes; o la tarta Sacher, creada en su totalidad con chocolate negro Callebaut, compota casera de albaricoque y glaseado espejo al que añade un punto artístico mediante "brochazos" de bronce y oro.

En el caso de la tarta Selva Negra, se trata de una creación especial, porque fue su trabajo fin de máster. En lugar de usar cerezas, empleó frutos del bosque macerados en Licor 43 (en lugar del clásico licor de cereza). No dudó en elevar más aún su creatividad, decorando con virutas y tronquitos de chocolate negro, hojas doradas caídas (elaboradas a mano una a una), polvo verde de pistacho triturado, frutas del bosque y polvo de oro. En Annapurna Cakes trabajan con un laboratorio donde realizan estudios de vida útil, recuento de microorganismos o fichas técnicas muy específicas para dar un valor y fiabilidad a personas con intolerancias o alergias alimentarias, y también estudios para determinar los valores nutricionales de referencia de sus elaboraciones; algo a lo que sólo están obligadas las grandes industrias de la alimentación. ●

[www.annapurnacakes.com](http://www.annapurnacakes.com)



Paula Castañeda y (abajo) su celebrado Sacher.



# LA ÚNICA Sabores ‘mexiterráneos’

TEXTO HERNANDO REYES ISAZA

**Directamente desde México, el restaurante hace un viaje transatlántico adaptando su cocina tradicional al paladar europeo con una propuesta de productos españoles y mexicanos cocinados a las brasas por el chef madrileño Andrés Madrigal.**



Jaiba con txangurro, piña asada y ensalada de hierbas.



Huevos rotos con huitlacoche, con lascas de jamón ibérico puro de bellota, crema de guacamole y frijoles charros.



Ceviche de lubina salvaje, tomate de árbol, maracuyá, coco y espuma de elote.

El Grupo La Única es un referente de la cocina mexicana con presencia en países como Colombia (Cartagena de Indias) y México (CDMX, Puebla de Zaragoza y San Miguel de Allende). El grupo apuesta por su estrategia de expansión internacional con esta apertura en Madrid (Claudio Coello, 10), destinado a marcar un antes y un después en lo que ya muchos conocen como comida “Mexiterránea”. Se trata de un amplio menú de mar y tierra que, además de incluir coctelería de primera, es toda una experiencia que traslada al comensal a la cocina regional nortea y a la cocina de la costa del Pacífico que potencia con sabores mediterráneos y las brasas de leña.

## Madrigal ha vuelto

Madrigal, con una estrella Michelin, se pone al frente de estos fogones, después de años en los que se ha dedicado a ampliar su carrera profesional y a asesorar a otros grupos de restauración en diversas latitudes. Con el apoyo de La Única, regresa a su ciudad natal para darle una vuelta de tuerca al paladar de los madrileños e incluir un nuevo registro de sabo-



Cogollos de Tudela a la brasa.

res en su imaginario gastronómico. La cocina a las brasas de leña es el factor principal de su nueva propuesta, ya que su uso en la gastronomía es una vuelta a los orígenes, a lo real.

## Entrantes

Para comenzar la experiencia gastronómica, La Única propone entrantes como aguachile rojo de lubina, crema de maíz caliente en texturas, croqueta de shortrib, infladitas con tartar de res, navajas de buzo a la brasa, chicharrón de Rib Eye, tiradito de hamachi y tostada de atún.

## Los tacos más originales

Los tacos *mexiterráneos* no podían faltar en esta nueva propuesta de La Única con diferentes elaboraciones entre los que destacan: taco de maíz amarillo con gaonera de ojo de Rib Eye sobre costra de queso a la brasa, taco de maíz blanco con huevos rotos con jamón puro ibérico de bellota al estilo Casa Lucio y taco de maíz negro con carabenero a la brasa, solo por nombrar algunos.

Muy recomendable es el taco de pato en dos cocciones, lardón de *foie gras* caliente, polvo de setas, puré de orejones y kimchi; o el Gobernador con camarón rojo, costra de queso oaxaqueño, pico de gallo y alioli de chipotle ahumado.

## Carnes y pescados

Destaca su carne de primera calidad cocinada a las brasas: solomillo al tequila con mantequilla de morillas, lomo bajo de vaca gallega, lomo alto de Ayshire Sashi, lomo alto de Retinta, lomo bajo de Rubia Gallega y pato azulón con mole.

A esto se suma la oferta de mar con una selección de pescados a las brasas, como lenguado de piel negra, lubina salvaje a la veracruzana o rodaballo salvaje en adobo de chapulín.

## Una experiencia memorable

La reforma del local ha sido ejecutada por el Grupo Archarray y el interiorismo por Alejandra Pombo con una iluminación de texturas estilo carbón con el fin de crear un ambiente cálido. Un sitio en el que sentirse como en casa para quienes ue buscan disfrutar de una experiencia memorable. ●

[www.launicamad.com](http://www.launicamad.com)

La sala de La Única.



Andrés Madrigal.



## THE FITZGERALD 10 años de hamburguesas ‘gourmet’

TEXTO HERNANDO REYES ISAZA

***Esta hamburguesería gourmet fruto de la ilusión de dos hermanos por conseguir grandes cosas junto a personas inconformistas que quieren dejar huella en el entorno que les rodea, se inspira, en parte, en los viajes que su equipo realiza con amigos.***



Hamburguesa Salvation.



The Cowboys Burger.

Lo que empezó en 2013 con la ilusión de dos hermanos valencianos, Mario y Carlos Gelabert, es actualmente una empresa que facturó en 2022 más de 17 millones de euros, con una plantilla de 380 trabajadores y que vendió más de 1,5 millones de hamburguesas.

### ***Liderazgo en el tiempo***

Ese año, 2013, abrieron el primer restaurante The Fitzgerald en Torrent (Valencia), donde la calidad e innovación en el producto y la optimización de los procesos fueron el objetivo de la marca durante sus primeros pasos. Un año después, con tan sólo un restaurante, la marca se consolidó en Valencia como un referente en el segmento *casual food* y empezó a destacar por su especialización en hamburguesas *gourmet*. En 2015, llegó la segunda apertura, en Gandía (Valencia), mejorando las recetas y procesos, y desarrollando políticas de recursos humanos que van consolidando los pilares de una compañía cada vez más sólida.

Un año más tarde, en 2016, abrieron en Castellón y empezaron a hacer ruido por sus políticas de marketing transmitiendo



Dos ejemplos de los vistosos locales que caracterizan el estilo de The Fitzgerald.

siempre valores diferenciales. En 2018, tras sus dos nuevas aperturas en Valencia en 2017, The Fitzgerald obtuvo premios como “Mejor Burger de España” en The Champions Burger Madrid, se consolidó el Delivery como un gran canal de venta y crearon The Fitz Truck para llevar su producto a eventos y festivales por todo el territorio nacional. Alicante abrió en 2019 y, ya en 2020, en tan sólo unos meses, realizaron cuatro aperturas más llegando a la cifra de 10 restaurantes propios repartidos por toda la Comunidad Valenciana. Hoy en día, siguiendo su plan de expansión nacional, ya cuentan con una red de restaurantes en España compuesta por un total de 19 establecimientos, repartidos entre la Comunidad Valenciana, Madrid y Albacete, más dos cocinas virtuales en Madrid.

### ***Viajes para la creatividad***

Un viaje de cinco amigos unidos por Fitz por el sur de los Estados Unidos marcaba un *road trip* mítico: Tampa, Miami, los Cayos, Orlando y Nueva Orleans fueron los destinos que los inspiraron para nuevas creaciones. De hecho, Tampa fue el escenario donde disfrutaron de un partido en directo de fútbol americano de la NFL, una experiencia que presenciaron llenos de emoción y de la que ha surgido The Cowboys Burger, una hamburguesa en la que han volcado toda su pasión por el deporte y los valores que representa.

Se presenta en una caja con los colores rojo, azul y blanco que representan el suelo de un estadio de fútbol americano con las 120 yardas; dentro, una hamburguesa doble patty de vaca con doble de cheddar, lechuga iceberg, pepinillos, cebolla roja, su salsa Salvation y pan brioche cuadrado con mucha mantequilla. Como siempre, todo hecho a la brasa y acompañada de las patatas Fitz y un refresco o una cerveza Mahou cinco estrellas.

Y se vienen más creaciones, hay que estar atentos. Además, este año esperan abrir dos nuevos locales propios y diez franquicias, en Barcelona, Granada, Sevilla, Murcia y Badajoz, entre otras por confirmar, con el objetivo de tener una red de 50 restaurantes para 2024 y 100 antes de 2028. ●

[www.thefitzgerald.es](http://www.thefitzgerald.es)



Carlos y Mario Gelabert.



## LAS BODEGAS MARIDAN EL VINO CON EL ARTE

### Un viaje a través del tiempo

TEXTO PILAR ORTEGA

**Bodegas Tamaral, Masaveu, Maktub o Bodegas Riojas (y más) se fijan en el arte para dar a conocer sus creaciones vinícolas.**

**D**ecía Salvador Dalí que un gran vino requiere de un loco para hacerlo crecer, un hombre sabio para velar por él, un poeta lúcido para elaborarlo y un amante que lo entienda. El genio del surrealismo escribió en los años 70 un tratado célebre bajo el título de *Los vinos de Gala*, y mucho después las grandes bodegas están apostando por el arte contemporáneo. Hasta el punto de que algunas presentan sus mejores vinos en los museos. Es el caso de Tamaral, una bodega que se ha acercado recientemente al Museo Reina Sofía para presentar su catálogo de vinos premium.



La Bodega Fillaboa elabora sus vinos en un pazo histórico.



MasArte es la propuesta de Bodegas Riojanas.

El vino forma parte del arte desde antes de los egipcios. Se sabe, por ejemplo, que en la tumba de Tutankamón había ánforas de vino con etiquetas que informaban del tipo de uva con el que se había elaborado, normalmente tinta. La idea era acompañar al difunto hasta el más allá. Desde entonces, el vino ha sido constantemente representado en el arte. Por algo es una bebida con un dios propio, Baco, y unas fiestas especiales, las bacanales. O sea, la bebida divina por excelencia. Al menos, esto es lo que dice Cristina Guedán, experta en arte contemporáneo del Museo Reina Sofía.

**Bodegas Tamaral** ha presentado sus mejores vinos, después de una cata de obras de arte del siglo XX firmadas por los nombres más sobresalientes del arte contemporáneo: Tamaral Gran Reserva, un vino tinto de gran personalidad criado 24 meses en barricas de roble francés y americano; Tamaral Crianza, Finca Velia, Finca la Mira y Tamaral Rosado. Bodegas Tamaral tiene puesto el foco en el arte desde su origen en el año 1997 en Peñafiel, la Milla de Oro de la Ribera del Duero, gracias a la familia de Santiago Torío. Sus viñedos, que cuentan con cepas cuya edad varía de los 30 a los 100 años, se encuentran repartidas entre Peñafiel, Castrillo del Duero y Pesquera. [tamaral.com](http://tamaral.com)

#### Un pazo histórico

Por su parte, **Bodega Fillaboa**, del Grupo Masaveu, elabora sus vinos en un pazo histórico del

siglo XIX, el Pazo de Fillaboa, ubicado en Salvaterra de Miño, en cuyo interior se muestra parte de la colección de arte de Corporación Masaveu, con piezas medievales y renacentistas y con vistas espectaculares a los viñedos y jardines regados por el río Tea.

Recientemente, Bodega Fillaboa presentó en Madrid la nueva añada 2016 del vino blanco La Fillaboa 1898, cuya primera saca salió al mercado a finales del año pasado con 6.636 botellas. Esta añada, calificada de "excelente" por el Consejo Regulador de la Denominación de Origen Rías Baixas, ha permanecido sobre sus propias lías finas durante seis años en depósitos de acero inoxidable, y es considerada una de las mejores cosechas de la historia de Bodega Fillaboa por sus inmejorables condiciones de maduración y estado sanitario. [bodegasfillaboa.com](http://bodegasfillaboa.com)

#### Exposición "MasArte"

**Bodegas Riojanas** también apuesta por el arte y recientemente ha inaugurado en la antigua bodega de 1890 la exposición "MasArte" en la que se exhiben las obras de siete artistas locales. Se trata de una muestra itinerante y colectiva de mujeres artistas que comenzó en el hotel Ruavieja Eurostars de Logroño. Hasta el mes de junio, se podrán ver en la bodega piezas de Ivana Sagasti (pintura), Meli Lanza (pintura y collage), Lucía Loza (pintura), Isabel Gómez Maza (pintura), Teresa Nájera (pintura), Mapi Gutiérrez (escultura y vidrio) y Aránzazu Lanchares (pintura). [www.bodegasriojanas.com](http://www.bodegasriojanas.com)

#### Maktub, el arte de la solidaridad

La singularidad de **Maktub**, "el vino con el mejor karma del mundo" según el cineasta Paco Arango, radica en el arte, pero en este caso de la solidaridad. El filántropo hispanomexicano ha presentado en Madrid su nuevo proyecto solidario con el lanzamiento de este vino 100% benéfico, respaldado por **Marqués de Riscal** y cuyas ventas van destinadas a proyectos solidarios de la Fundación Aladina a beneficio de niños y adolescentes enfermos de cáncer.

Maktub es un vino Rioja reserva elaborado a partir de las variedades tempranillo y gracia-

no y envejecido durante 26 meses en barrica de roble americano, cuya filosofía está basada en compartir y disfrutar de la vida junto a los seres queridos. Y para el lanzamiento se han embotellado 5.000 unidades que llegarán numeradas a los puntos de venta.

<https://vinosmaktub.com/>



Selección de vinos de Bodegas Tamaral.



Maktub es el vino solidario de Paco Arango.

## Le Bijou Rosé 2022 de BODEGAS BALBÁS, un rosado para pescados y arroces

Le Bijou Rosé 2022 es un vino elaborado con uva 100% Tempranillo procedente de la finca El Rosedal que se encuentra ubicada en una de las zonas más altas de La Ribera. El resultado es un vino color pétalo de rosa con aroma a frutas rojas y flores blancas.

Este vino ha de servirse a una temperatura entre 8 y 11 grados y es perfecto para acompañar pescados, mariscos, sushi, arroces y también para el aperitivo.

### NOTAS DE CATA

**Color:** Rosado muy pálido gracias al ligerísimo contacto del mosto con las pieles. Tono brillante y asalmonado.

**Nariz:** Aromas frescos frutales como la fresa, frambuesa y notas cítricas y vegetales frescos. Todos muy equilibrados y sutiles.

**Boca:** La acidez le aporta un frescor que llena la boca. Textura delicada y esos ligerísimos matices de madera hacen que sea un vino fresco, pero también muy goloso.

**Bodegas Balbás**  
[www.balbas.es](http://www.balbas.es)

## El nuevo vino de HACIENDA LÓPEZ DE HARO, un homenaje a la tradición

La bodega riojana lanza su Vino de Pueblo de San Vicente de la Sonsierra, un coupage de Tempranillo y Mazuelo nacido en viñedos ubicados en el término municipal y que es el homenaje de López de Haro a la gran tradición vitivinícola sonserrana.

**Cata:** Visual: Intenso color cereza con tonos granates en ribete, de gran vivacidad y brillo.

**Nariz:** Predominan los aromas de frutos negros acompañados de notas balsámicas y minerales que le confieren una gran profundidad. Es una nariz muy intensa y compleja, con tonos de retama, bosque y otras notas dulces provenientes de su crianza en bodega.

**Boca:** Fresco, muy envolvente y de gran persistencia.

Se combina la amplitud de la variedad Tempranillo con la acidez y tensión del Mazuelo. Un vino de enorme complejidad y lleno de matices, resultado de una precisa combinación en el mosaico de viñas viejas que alberga el municipio de San Vicente.

**PVP: 11,25 €**

**Hacienda López de Haro**  
[www.haciendalopezdeharo.com](http://www.haciendalopezdeharo.com)



## Fino en rama 2023 de TÍO PEPE

González Byass, fiel a su costumbre, presenta Tío Pepe Fino en Rama durante la primavera, el momento en el que la vida, la luz y la alegría toman estas bodegas históricas de Jerez. Es en esta estación cuando el enólogo Antonio Flores selecciona aquellas botas que destacan por sus singulares características organolépticas. Es el instante en el que la nueva saca de este Fino en Rama, que no ha sido sometido a los procesos habituales de clarificación y filtración, ve la luz.



**Cata:** Tío Pepe Fino en Rama se muestra en la copa con color amarillo pajizo con fondo verde oliva y reflejos dorados. Ligeramente velado, debido a la flor que denota su embotellado "en Rama", en nariz es muy expresivo y punzante. Su boca arrebatadora, fresca, intensa, suave y cremosa lo convierte en un vino esencialmente gastronómico, ideal para disfrutar con pescados, mariscos, verduras, cocinas especiadas y arroces variados. Servir frío en la mejor copa de cristal fino

**PVP: 18,00€**

**González Byass**  
[www.tiendagonzalezbyass.com](http://www.tiendagonzalezbyass.com)

## LACRIMA TERRAE lanza su primer curso de cata online



Seleccionar un vino de la carta de un restaurante o del lineal de un supermercado, saber qué decir cuando te preguntan qué te parece un vino e incluso saber explicar cómo son los vinos que te gustan, son pequeños retos que a muchas personas les generan inseguridad a la hora de disfrutar del vino.

Conociendo de primera mano esta inseguridad, Alba y Sofía Atienza, dos hermanas aficionadas al mundo del vino, crearon hace dos años Lacrima Terrae, un proyecto que nació en las redes sociales con el objetivo de acercar el mundo del vino con un estilo sencillo, práctico y entretenido. Así, estas jóvenes pasaron de ser consultoras de estrategia para empresas del Ibex 35 a crear contenido didáctico y creativo sobre el vino y todo lo que le rodea bajo el lema "El vino como nunca te lo habían contado".

<https://lacrimaterrae.com/pages/cursos>



'Azul París' es un homenaje de Gómez Rufo al mundo del teatro.

## ANTONIO GÓMEZ RUFO AUTOR DE 'AZUL PARÍS'

*“Es la mejor novela que he escrito en mi vida”*

Antonio Gómez Rufo se ha servido del mundo del teatro para recrear una historia en la que la soledad, el amor y el desamor, la amistad y la traición se suceden a lo largo de *Azul París*, una novela intimista, “la más personal” del autor, según explica él mismo. Madrid, de nuevo Madrid, es uno de los grandes personajes de este relato sobre el transcurrir diario de las personas, pero en el que caben las sorpresas. Responsable de más de 30 títulos publicados en los que ha tocado todos los palos posibles, desde el género negro a la biografía, el ensayo o la novela histórica, Gómez Rufo dice en esta entrevista que éste es su testamento literario. Esperemos que se lo piense de nuevo, porque con esta novela demuestra que se encuentra, más que nunca, en un gran momento creativo. Él mismo dice que es la mejor novela que ha escrito en su vida. Que ya es decir, porque son muchas.

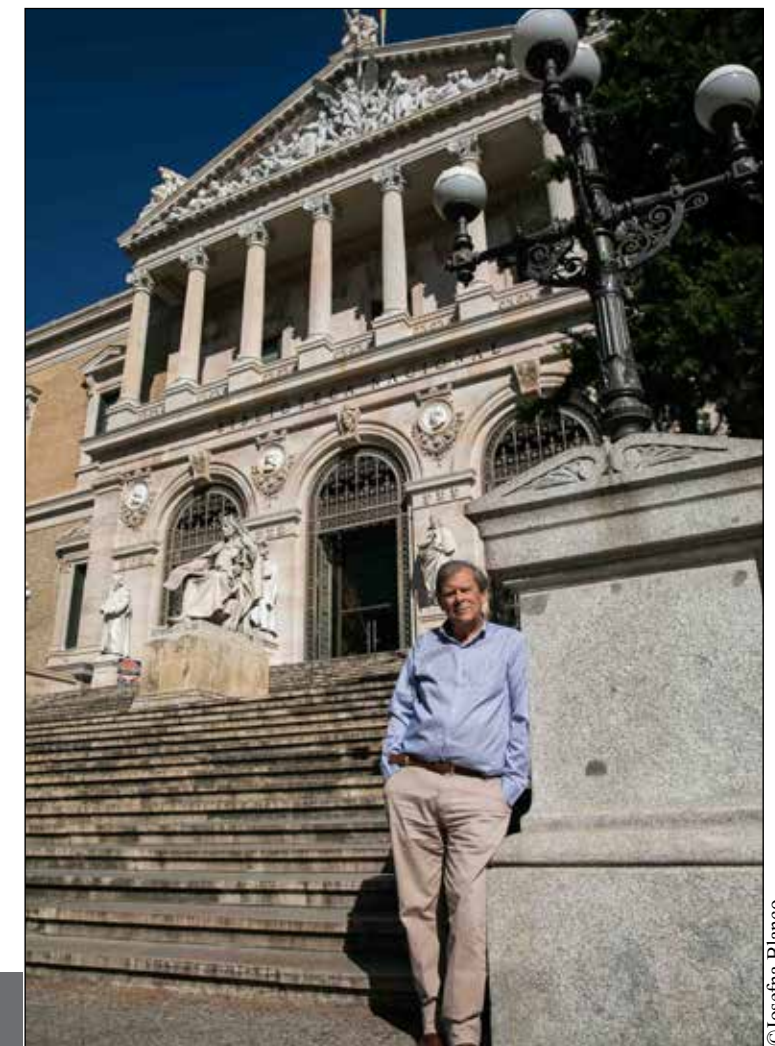
TEXTO: JOSÉ LUIS DEL MORAL [jluismoralm@gmail.com](mailto:jluismoralm@gmail.com)

FOTOS: JOSEFINA BLANCO [jblmoronta@gmail.com](mailto:jblmoronta@gmail.com)

Un famoso director de teatro, Hugo Montalbán, ensaya la obra con la que quiere poner fin a su larga y exitosa trayectoria, en la que, dicho sea de paso, se ha dejado buena parte de la herencia paterna recibida, empeñado en mantener viva su pasión por el escenario. El día a día transcurre con la (a)normalidad de cualquier montaje escénico, pero un inesperado acontecimiento cambiará por completo la situación. Y no sólo la profesional, también las relaciones personales de los miembros de la compañía se verán afectadas por ese imprevisto surgido.

**—La novela rinde homenaje al mundo del teatro. ¿Qué le ha llevado a ello?**

—Era una deuda con él, una de las artes, de las pasiones, que me han acompañado durante toda la vida. Ya rendí homena-

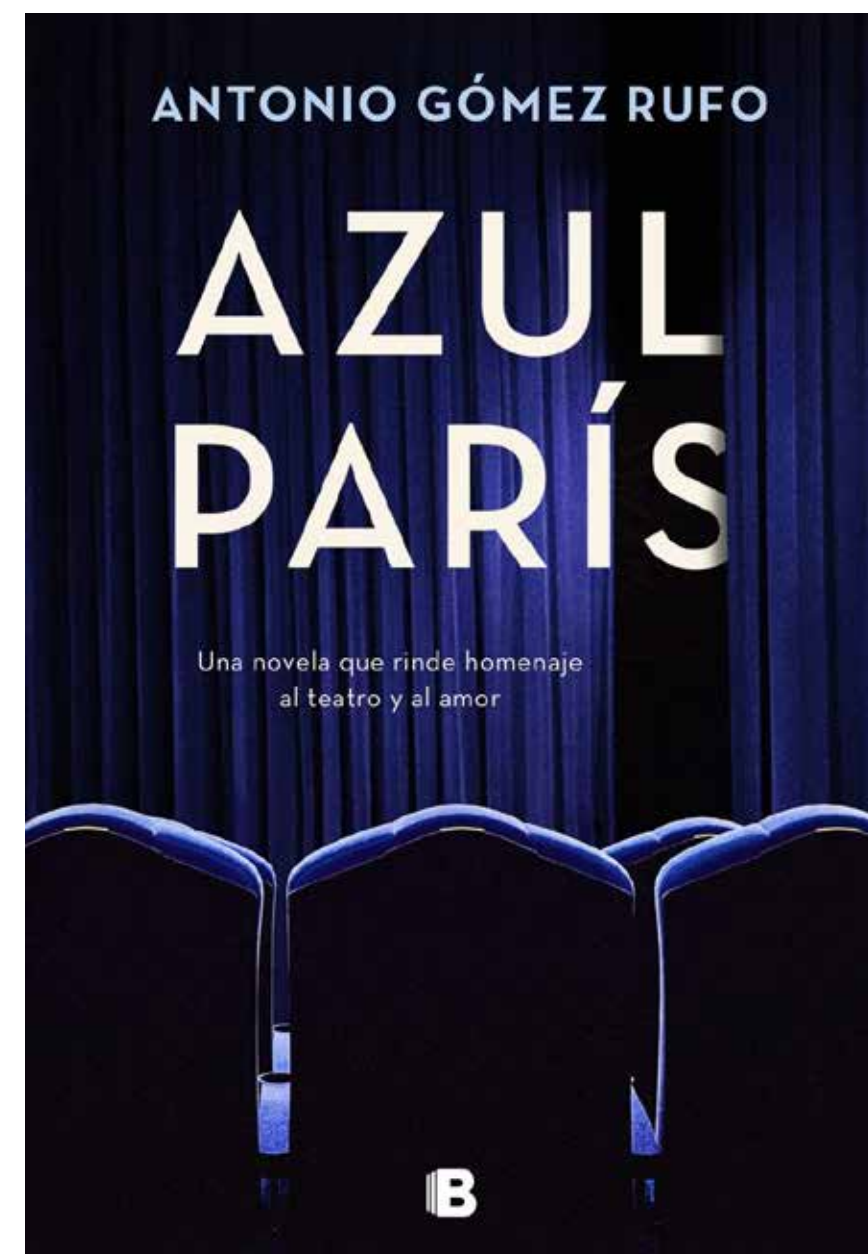


El autor posa en la escalinata de acceso a la Biblioteca Nacional.



Gómez Rufo fue responsable del Centro Cultural de la Villa de Madrid

©Josefina Blanco



cultura con ocio y ello ha sido una mala cosa.

—Usted no sólo ha escrito teatro sino que también ha sido responsable del Centro Cultural de la Villa, donde programó varias temporadas teatrales. ¿Ha trasladado muchas de esas vivencias a la novela?

—De todo se obtiene un puñado de experiencias: lecturas, cine, teatro, música... pero sobre todo de la vida. Y todos esos aprendizajes nos convierten en lo que somos y hacemos. Puede que alguna de aquellas vivencias se haya manifestado en esta novela, pero no soy consciente. En cambio sí que he recogido momentos de mi actividad como autor y director de las dos obras que llegué a estrenar.

—René, uno de los personajes que más marcan al protagonista, no existe, falleció, pero está muy presente. ¿Qué efecto ha perseguido con ello?

—Quería que el protagonista fuera, o pareciera, un huérfano absoluto de afectos. Por eso quedó viudo y también perdió a su mejor amigo. Afectivamente, por tanto, parece un ser en absoluta soledad, o eso cree él. Porque al final nadie está completamente solo.

—Otra de las peculiaridades del protagonista principal de la novela, Hugo Montalbán, es su celibato involuntariamente voluntario tras la muerte, veinte años atrás, de su mujer. Resulta difícil de admitir, ¿no le parece?

—En la ficción hay demasiadas cosas difíciles de admitir, pero ya se sabe: la realidad es aun más inverosímil.

De todas formas no es tan inusual: hay quien vivió así media vida, alguno conozco así. Y si repasamos las obras de creación literaria hay poca verdad y mucha exageración. Leer es perderse por los bosques de la fantasía.

je al cine con guiones escritos a medias con Berlanga y ahora quería hacerlo al teatro, en el que he sido autor, director y hasta gestor como director del Centro Cultural de la Villa de Madrid, el actual Teatro Fernán Gómez.

—Siempre que se habla de teatro aparece la palabra crisis. ¿En qué momento se encuentra ahora?

—Creo que el teatro también ha experimentado una evolución que le ha venido bien. La eclosión de los musicales es su aspecto más visible; la abundancia de salas alternativas con teatro joven, también. Como siempre, tiene su crisis relativa: va bien en las grandes ciudades y muy mal en el resto. También le pasa al cine y a otros sectores culturales. El error es que se ha confundido

**“El problema es que se ha confundido cultura con ocio y eso es una mala cosa, un grave error”**



Antonio Gómez Rufo confiesa que 'Azul París' es su novela más intimista y personal.

©Josefina Blanco

**—¿Nunca se ha planteado llevar a escena la trama de *El regreso de la señora Lambert*, la obra que se representa dentro de la novela?**

—No, aunque reconozco que pudiera tener cierto interés dramático. Quizás algún día lo piense y me decida, pero por ahora me quedo con la novela, que para mí es la mejor que he escrito en mi vida.

**—“El antipático y vanidoso Bue-ro Vallejo dejaba el teatro a oscuras para representar la tragedia de un ciego”, dice uno de sus personajes.**

**¿Hay límites para conseguir la inmersión de los espectadores en una obra?**

—No debería haberlos. Pero vivimos una época de límites, de prohibiciones, de censuras y de cobardía. Esos son los límites que imponen a los creadores o que se autoimponen para seguir viviendo de su oficio sin peligro. Los límites no deberían existir en lo técnico y absolutamente ninguno en lo ideológico, pero ya digo: son estos tiempos absurdos.

**—Madrid es uno más de los personajes de la novela, en la que abundan las referencias a restaurantes y locales de ocio nocturno. ¿Son espacios visitados habitualmente por las gentes del teatro?**

—Son los espacios de mi vida, que casualmente coinciden con los de Hugo Montalbán, el protagonista de la novela. Pero es pura casualidad, ¿eh? Bueno, a lo mejor no. Y sí, son lugares en los que no es infrecuente coincidir con actores, directores, intelectuales y creadores de distintas artes.

**—También hay alusiones a títulos de películas y series televisivas y obras de teatro. ¿Forman parte de un mismo todo creativo?**

—Definitivamente es mi novela más personal, dejémoslo así. Mi novela más personal,

**“Por una cosa o por otra, el miedo a la soledad, al desamor o a la propia vida, el hecho es que el mayor enemigo del ser humano es el miedo”**

mi creación más íntima y, quizá, mi testamento literario. Llego a un momento de la vida en que uno vive con permiso del enterrador y cada día puede ser el último. También cada sueño, cada afecto, cada novela. Hay que mirar alrededor, pasar lista, contar las ausencias de amigos y pensar que quizá ya no se esté en el siguiente recuento. Y entonces se escribe la novela más personal, más de tripas. Yo lo he hecho. Esa es *Azul París*.

**—Más allá de la metáfora, ¿existe el color Azul París? ¿Qué significa el título de la novela?**

—No existe, al menos en el catálogo oficial de colores. Pero se define el color en la propia novela y así lo entiendo yo. Aunque tampoco hay que hacer mucho caso: es solo una novela. Nada menos que una novela.

**—¿El miedo es el mayor enemigo del ser humano, como se dice en la novela?**

—Cada cual tiene sus enemigos y jerarquiza su importancia. Unos temen la soledad, otros, la pobreza, algunos, el desamor y hay quienes están aterrados por la propia vida. Pero no hay que engañarse: el verdadero miedo universal es el miedo a la muerte. O sea que, sea a una cosa u otra, el mayor enemigo es el miedo.

**—Usted hace referencia en el texto a representantes de actores y en todos los casos son mujeres. ¿Es así en el teatro?**

—No todos. En la novela se cita también a Omar Butler, un representante que todos queríamos mucho en Madrid porque era una magnífica persona. Era un hombre célebre en los años 80 y 90, y no sólo como representante, sino como ser humano. Pero es verdad: es una profesión en la que abundan las mujeres. Como en tantos ámbitos. Ahora en el mundo de la literatura son cada vez más y, sobre todo, sus obras son cada vez más aceptadas por los lectores. ●

**“Vivimos una época de límites, de prohibiciones, de censuras y de cobardía; vivimos unos tiempos absurdos”**

## *Ballenas en el museo, domingos de paella... y mucho más.* **PLANES DE OCIO PARA TODOS**

Aterriza el mes de mayo con una invasión de flores en jardines y campos y también con un aluvión de propuestas para disfrutar del tiempo de ocio. Podemos visitar exposiciones tan singulares como la de Juan Muñoz, disfrutar del último montaje escénico de Juan Mayorga o viajar a través de la gastronomía. Pero hay mucho más. Aquí apuntamos algunas sugerencias.

TEXTO **PILAR ORTEGA**  
[ppm76.ortega@gmail.com](mailto:ppm76.ortega@gmail.com)



### **'Todo lo que veo me sobrevivirá'** **Reivindicación de Juan Muñoz**

Escultor, escritor, ilustrador y "poeta del espacio", Juan Muñoz (Madrid, 1953-Ibiza, 2001) es todo un referente de la escultura española contemporánea. Estos días hubiera cumplido 70 años y la sala madrileña Alcalá 31 le rinde homenaje con la exposición *Todo lo que veo me sobrevivirá*, que toma su nombre de unos versos de Anna Ajmátova que Muñoz recogió en uno de sus cuadernos. En la muestra se pueden ver, hasta el 11 de junio, sus inquietantes y petrificados personajes. Son obras de los años 90 con clara vocación existencialista y emotiva. Es necesario recordar que la trayectoria de Juan Muñoz se truncó en el momento de su máximo apogeo, tras inaugurar su gran instalación en la Sala de Turbinas de la Tate Modern de Londres.

[www.comunidad.madrid/cultura](http://www.comunidad.madrid/cultura)



### **Gran Vía 15**

#### **Un nuevo museo para Madrid**

La Gran Vía madrileña se prepara para la apertura, a finales de este mes de mayo, de un nuevo espacio cultural. Se trata del Museo Gran Vía 15, que pretende ofrecer, en el mismo emplazamiento que antes ocupó la prestigiosa Joyería Aldao, una perspectiva propia del arte contemporáneo y sus nuevos movimientos, con instalaciones únicas que conectan con el espectador a través de sensaciones, emociones y reflexiones. También habrá un espacio destinado a la venta de objetos artesanales de diferentes tipologías para ofrecer un consumo accesible de productos contemporáneos. Museo Gran Vía es un proyecto impulsado por un colectivo que trabaja por aproximarse, de otra manera, al arte contemporáneo.

[www.museogranvia.com](http://www.museogranvia.com)



### **'Ballenas'**

#### **Moby Dick en el Museo Thyssen**

Hasta el 11 de junio, el Museo Thyssen-Bornemisza exhibe la exposición temporal *De ballenas*. Se trata de una instalación de la artista estadounidense Wu Tsang (1982) basada en



la adaptación cinematográfica de la célebre novela *Moby Dick*, de Herman Melville. Esta obra fue presentada en la Bienal de Venecia 2022 como parte de la exposición de arte internacional *The Milk of Dreams*, y está realizada en entornos oceánicos psicodélicos generados a partir de tecnologías de realidad extendida. La inmensidad del océano se convierte, aquí, en símbolo de lo desconocido.

[www.museothyssen.org](http://www.museothyssen.org)



### 'Las fiestas de Cervantes'

#### Fotos de otra época

El Museo Casa Natal de Cervantes, de Alcalá de Henares, dedica, hasta el 17 de septiembre, una exposición a las fiestas tradicionales descritas en las obras de Miguel de Cervantes. Es toda una invitación a contemplar la forma en que se viven desde hace siglos las costumbres festivas en toda España, a través de las imágenes de fotografías como Cristina García Rodero, Juanjo Albarrán, Carmenchu Alemán o Andrés Marín. La muestra, titulada *Tradición y fiesta en la tierra de Cervantes*, recoge, entre otras celebraciones, el Carnaval de Ciudad Real, la Pasión viviente de Hiendelaencina (Guadalajara), la Semana Santa de Málaga o el Entierro de la Sardina en Madrid.

[www.museocasanataldecervantes.org](http://www.museocasanataldecervantes.org)



### 'La habitación de las maravillas' La vida ofrece cosas buenas

Ya se puede ver en los cines *La habitación de las maravillas*, película basada en la galardonada novela homónima de Julien Sandrel. Se trata de un emocionante e inspirador drama sobre una madre que hará realidad sus sueños impulsada por el amor a su hijo de 12 años, en coma tras un accidente. Protagonizada por Alexandra Lamy (*¿Quién es quién?*) y Murielle Robin (*La familia no se escoge*), y dirigida por Lisa Azuelos (*Bienvenidos al mundo de LOL*), esta emotiva película apuesta por descubrir todas las cosas maravillosas que ofrece la vida.

[www.notoriuspictures.es](http://www.notoriuspictures.es)

### 'Increíble pero cierto', Comedia extravagante

El 19 de mayo llega a los cines la película *Increíble pero cierto*, del director francés Quentin Dupieux. Una cinta que se presentó en el pasado Festival de Cine Internacional de Sitges, donde obtuvo el Premio al Mejor Guion. Protagonizada por Alain Chabat, Léa Drucker, Benoit Magimel y Anais Demoustier, la película cuenta la historia de Alain y Marie, una pareja que decide trasladarse a vivir a un barrio tranquilo de su ciudad. Sin embargo, un túnel misterioso en el sótano de su nuevo hogar pondrá sus vidas patas arriba. Estamos ante una comedia algo extravagante que nos invita a enfrentarnos a nuestros miedos.

[www.cinemaran.com](http://www.cinemaran.com)





### Charlie Cunningham

#### Concierto en el Teatro Eslava

Charlie Cunningham dará un concierto el 14 de mayo en el Teatro Eslava de Madrid, dentro de su gira internacional de primavera. El cantante y compositor inglés, que presenta su último álbum, *Frame*, se ha convertido en una verdadera historia de éxito, lento pero progresivo. Su música transita entre el piano melancólico, el pulso insistente marcado por su guitarra, y una voz cálida y evocadora. En Madrid presentará sus nuevas canciones pop llenas de referencias al art rock, el jazz de la época dorada y la composición neoclásica.

[www.teatroeslava.com](http://www.teatroeslava.com)

### 'El Paraíso perdido'

#### Milton según Andrés Lima

Desde el 5 de mayo y hasta el 18 de junio, el Teatro María Guerrero de Madrid presenta el montaje *Paraíso perdido*, basado en el poema épico de John Milton y dirigido por Andrés Lima. Es un homenaje a la belleza de las palabras de Milton desde la mirada contemporánea, que es también un homenaje al oficio de comediante, tantas veces demonizado por su capacidad de transgresión. Con texto y dramaturgia de Helena Torneo y Andrés Lima, la obra publicada por Milton en 1667 explica la tragedia de la caída del hombre, pero también narra la caída de Satanás como símbolo del rebelde sublevado ante la tiranía del cielo.

[www.dramatico.mcu.es](http://www.dramatico.mcu.es)



### 'María Luisa'

#### Comedia de Juan Mayorga sobre la soledad

El Teatro de la Abadía de Madrid presenta el montaje de Juan Mayorga *María Luisa*, la primera obra que estrena desde que asumió la dirección artística de esta sala madrileña. María Luisa es una señora entrada en años que vive sola, independiente y que disfruta de la vida. Pero una conversación casual con el portero de su casa es el punto de partida de una sucesión de escenas que, con mucho humor y un tono entrañable, nos permiten descubrir de cerca el mundo de esta curiosa vecina. Se trata de un texto sobre la soledad, la vejez y los difusos límites entre la realidad y la imaginación.

[www.teatroabadia.com](http://www.teatroabadia.com)



### 'Valor, agravio y mujer'

#### Una comedia "femenina" del Siglo de Oro

Hasta el 4 de junio, el Teatro de la Comedia de Madrid representa la obra *Valor, agravio y mujer*, de la que es autora Ana Caro de Mallén, una dramaturga del Siglo de Oro olvidada por la historia. Dirigida por Beatriz Argüello, se trata de una comedia de capa y espada basada en el mito de Don Juan que desarrolla la historia de Doña Leonor de Ribera, mujer burlada por Don Juan de Córdoba, que ansía vengar su deshonor. En esta pieza, la escritora ridiculiza algunos de los valores del comportamiento masculino imperantes en los siglos XVI y XVII. Es un montaje producido por la Compañía Nacional de Teatro Clásico.

[www.mcu.es](http://www.mcu.es)

### 'Cinco Cantabrias en Madrid'

#### Viaje (gastronómico) de la mano de Jesús Sánchez

Quien quiera saborear Cantabria sin salir de Madrid puede disfrutar de un viaje gastronómico por este territorio desde el restaurante Amós, que lidera el chef Jesús Sánchez. Hasta el 23 de mayo, se desarrolla la iniciativa *Cinco Cantabrias en Madrid*, que consiste en mostrar al público menús a cuatro manos con cocineros cántabros y Jesús Sánchez como anfitrión. El 2 de mayo, se ofrece el menú *Corriente cantábrica*, con Eduardo Quintana (La Bicicleta); el 9 de mayo, *Cantabria rural*, con Antonio González (El Nuevo Molino), y el 23 de mayo, *El relieve*, con Ignacio Solana (Solana). También han participado en este proyecto Sergio Bastard (La Casona del Judío) y José Ramón Bustamante (El Serbal).



### 'Domingos de paella'

#### La Plaza Mayor de Madrid se hace arrocería

Borja Veguillas, el chef de Pestana Plaza Mayor, propone disfrutar todos los domingos del mes de mayo de arroces de temporada que se incorporan a la carta del Restaurante Café de la Plaza. Bajo el epígrafe *Domingos de paella*, invita a degustar cinco tipos de arroces diferentes en formato individual pensados para compartir y disfrutar del domingo en un escenario tan singular como la Plaza Mayor de Madrid. Se puede elegir desde el arroz vegano con brócoli, coliflor y espárragos trigueros hasta el arroz de lubina a la llama y mejillón, pasando por el elaborado con presa ibérica y alcachofas. Además, el chef asesora al cliente con el vino que mejor marida con cada tipo de arroz.

[www.pestanacollection.com/es](http://www.pestanacollection.com/es)

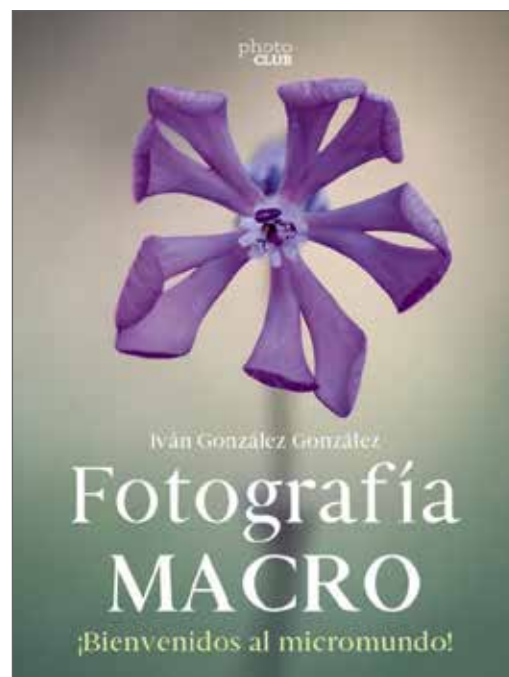


En 1953 abrió sus puertas el primer hotel internacional de España.  
Un icono de la hotelería acompañando siempre  
al sector ejecutivo y de la diplomacia.

Un hotel con una historia fascinante y la mirada puesta  
en el futuro para continuar siendo un referente  
del sector de la hospitalidad.

*Live the InterContinental Life.*





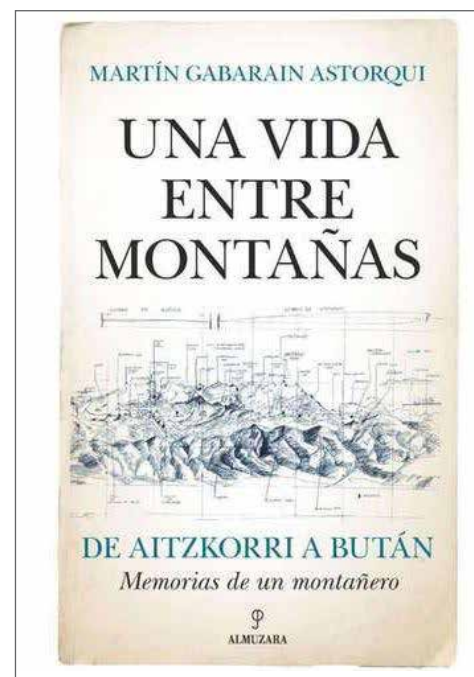
### EL 'FOTOMICROMUNDO'

Conceptos elementales para macrofotografía

La fotografía macro o macrofotografía siempre se ha considerado una de las disciplinas más difíciles de practicar quizás por su estacionalidad, por la necesidad de contar con una buena preparación fotográfica o por la falta de un verdadero objetivo macro. Sin embargo, cuando finalices el presente volumen, te darás cuenta de que, gracias a los conceptos básicos y con tu cámara y cualquier objetivo que tengas en casa, podrás convertirte en un auténtico macrofotógrafo, sin importar la época del año.

En estas páginas se repasan de una manera muy sencilla todos los conceptos elementales para dominar la fotografía macro: aprenderás a configurar tu cámara y a elegir el mejor objetivo para cada situación; descubrirás una manera sencilla de aportar luz a tu escena o simplemente cómo modificarla, así como la forma de aumentar la profundidad de campo mediante la técnica focus stacking. Además, se explica cómo planificar las salidas e identificar las especies de organismos que fotografíarás. En fin, hallarás muchas ideas para practicar fotografía macro de una manera diferente.

**Autor:** Iván González González  
**Título:** La fotografía macro  
**Páginas:** 320  
**Editorial:** Anaya Multimedia  
**Precio:** 29,95 euros

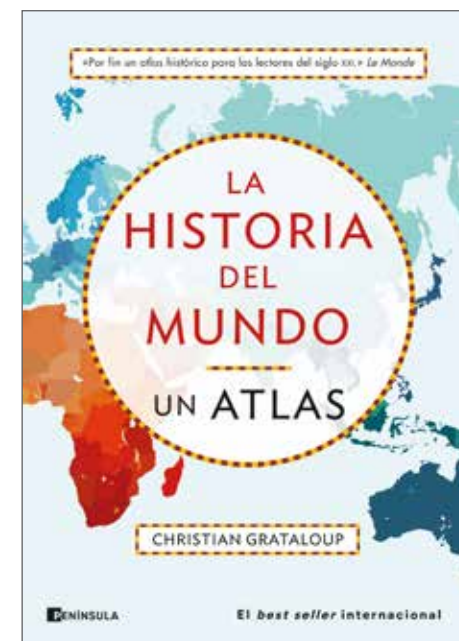


### HOMENAJE FAMILIAR

Una vida recorriendo mundo

El jueves 20 de marzo de 2014, en el municipio guipuzcoano de Oñate, falleció Juanita Maiztegi a los 94 años. Semanas antes lo había hecho su hermana Iciar. Ambas eran miembros de la familia propietaria de la gran casa hotel Goiko Venta, en Aránzazu, y ambas fueron muy importantes para nuestra familia. En aquella gris tarde de invierno en que acudimos a su funeral se encuentra el origen de este libro, en imágenes y recuerdos de una infancia libre en el monte y en todo cuanto siguió. El autor de estas líneas no habría creído jamás que sus primeros pasos en las campas de Urbía y la sierra de Aitzkorri iban a conducirlo no sólo a los próximos valles del Roncal o de Benasque y, desde ellos, a montañas de toda España, sino también a los Pirineos franceses, a los Alpes, al Tirol, Nepal, Bután y el Himalaya, al Kilimanjaro, al Rwenzori, a Nueva Zelanda y Groenlandia, a Marruecos. Tras toda una vida recorriendo el mundo, y en esa tierra vasca donde todo empezó, se decidió a dejar a un lado actas y escrituras notariales y componer sus memorias, como humilde testimonio montañero y como homenaje a sus grandes referentes.

**Autor:** Martín Gabarain Astorqui  
**Título:** Una vida entre montañas  
**Páginas:** 512  
**Editorial:** Almuzara  
**Precio:** 31,00 euros



### EL ATLAS DE LA HISTORIA

Desde Mesopotamia al cambio climático

Desde Mesopotamia y el Antiguo Egipto hasta el actual ascenso de China y el cambio climático, cada mapa se sitúa en su contexto histórico global y está acompañado de textos breves que ofrecen una perspectiva nueva, actualizada y moderna del mundo.

El historiador Christian Grataloup se ha propuesto con este libro poner al alcance de los lectores un atlas histórico nuevo, uno ideado y pensado desde el siglo XXI, una obra que huye de la perspectiva eurocéntrica que ha impregnado a todos los anteriores y que nos brinda una lectura global y actualizada de la historia universal. Aquí, todas las culturas están representadas y se abordan temas a menudo obviados como el imperio comanche, los guetos de la Italia medieval o la génesis de Hungría. Además, se centra también en los retos del mundo moderno, desde la compleja red de cables submarinos que conecta todo el planeta a Internet hasta las migraciones en el siglo XX.

**Autor:** Christian Grataloup  
**Título:** La historia del mundo. Un atlas  
**Páginas:** 656  
**Editorial:** Ediciones Península  
**Precio:** 29,90 euros



### CON ESPÍRITU AVENTURERO

75 rutas sostenibles

Déjate llevar por tu espíritu aventurero y emprende el viaje de tu vida con *La guía del bikepacker*. En este libro podrás descubrir algunas de las rutas de *bikepacking* más increíbles del planeta y planificar un viaje único con ayuda de los mapas, las descripciones y la información práctica que acompañan a cada ruta. El *bikepacking* es una forma de viajar sostenible y respetuosa con la que podrás explorar desde las regiones más remotas hasta ciudades, siempre a tu ritmo, conectando con la naturaleza y con las comunidades locales. Los autores de Lonely Planet han seleccionado 75 rutas que cubren cinco continentes e incluyen información detallada sobre cómo prepararse, qué llevar y cuándo es el mejor momento para emprender cada ruta. Con propuestas de diferente dificultad y duración, las descripciones detalladas y los mapas de perfil que acompañan cada ruta serán una ayuda inestimable para elegir la opción adecuada para la preparación y experiencia de cada bikepacker.

**Autor:** Alberto Delgado Castro y Manuel Cuesta Aguirrea  
**Título:** La guía del 'bikepacker'  
**Páginas:** 304  
**Editorial:** GeoPlaneta  
**Precio:** 29,50 euros



## HISTORIA DE LA VIOLENCIA Desde el Paleolítico hasta el s. XX

Lejos de ser una armónica sucesión de civilizaciones, la historia de la humanidad esconde también un legado de violencia y destrucción. Escombros, cenizas y huesos son el legado material de guerras, conflictos y sufrimientos que tuvieron como escenario desde antiguos campos de batalla o palacios de ensueño hasta las ruinas de una aldea o las fosas de genocidios. El registro arqueológico de esa tierra arrasada nos permite recuperar los últimos suspiros de un soldado caído o los gritos ahogados de un pueblo asolado por sus enemigos, para así completar un relato de nuestro pasado más humano, palpante y tangible.

El reconocido arqueólogo Alfredo González Ruibal nos plantea un viaje que cubre desde los sacrificios rituales del Paleolítico hasta las razas medievales o las trincheras contemporáneas y que viaja de la selva amazónica a los altiplanos africanos o los escenarios de las conquistas romanas.

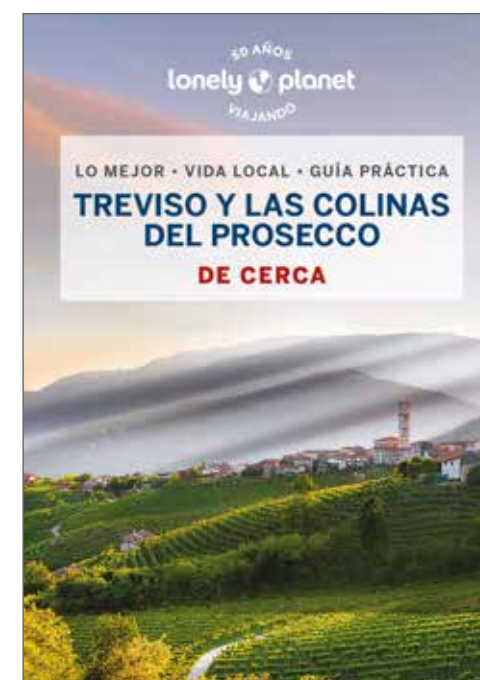
**Autor:** Alfredo González Ruibal  
**Título:** Tierra Arrasada  
**Páginas:** 512  
**Editorial:** Editorial Crítica  
**Precio:** 22,90 euros



## GUÍA SOBRE LA ALIMENTACIÓN La bioquímica de nuestra dieta diaria

Azúcares, hidratos de carbono, fibra, grasas o lípidos, minerales, proteínas y vitaminas son los componentes básicos de los alimentos, las moléculas que comemos. ¿Cuáles son sus propiedades? ¿Por qué son tan importantes en nuestro crecimiento, desarrollo y salud? ¿De qué modo proporcionan a los alimentos sus diferentes aromas, colores, sabores y texturas? ¿Qué tipo de reacciones químicas se producen al cocinar? ¿Cuáles son las principales enfermedades vinculadas a una mala dieta y nutrición? ¿Por qué los llamados superalimentos o las dietas sin gluten pueden considerarse falsos mitos de la alimentación? Este libro se presenta como una guía didáctica y práctica sobre alimentación y nutrición y las sustancias componen nuestra dieta diaria. A través de sencillas explicaciones de conceptos básicos y de una amplia variedad de experimentos y talleres, en versión bilingüe español-inglés y adaptados a los niveles de primaria y secundaria, este libro pretende dar a conocer, de una manera amena y científica, la bioquímica de nuestra vida cotidiana.

**Autor:** Isabel Varela-Nieto / Inmaculada Yruela Guerrero  
**Título:** Las moléculas que comemos  
**Páginas:** 180  
**Editorial:** Catarata  
**Precio:** 21,00 euros



## HISTORIA, PAISAJES Y OSTERÍAS Primera guía del Prosecco en español

Esta es una guía única que propone al viajero vivir una experiencia intensa y hermosa en un territorio efervescente como la región italiana del Prosecco. Treviso destaca por sus edificios históricos, osterías y canales, mientras que las colinas circundantes regalan panoramas de ensueño moldeados por la actividad humana. Conegliano, Valdobbiadene, Asolo, el monte Grappa y el cerro Montello son algunas de las muchas maravillas que aguardan al viajero.

**Autor:** Denis Falconieri  
**Título:** Treviso y las colinas del Prosecco  
**Páginas:** 160  
**Editorial:** GeoPlaneta  
**Precio:** 12,90 euros



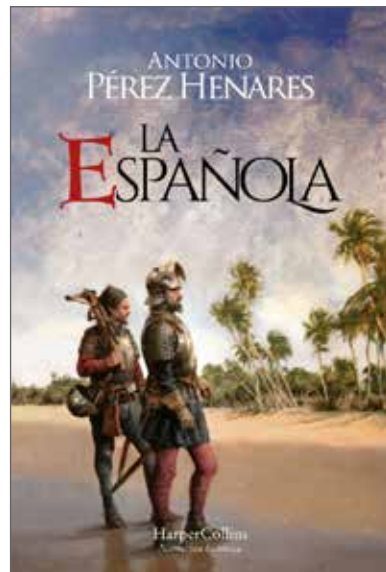
## COMIDA Y PAISAJE 100 propuestas para salir de pícnic

El poeta Omar Jayam describía en el s. XII el paraíso como el momento de disfrutar de un libro, un trozo de pan y una copa de vino en plena naturaleza. Y es que el maridaje de paisaje y comida nos ha cautivado desde siempre.

Podemos definir el pícnic como una comida campestre, compartida con familia o amigos, que se celebra mientras se disfruta de un paisaje. Pero el pícnic implica mucho más que esta definición porque también consiste en disfrutarlo con los cinco sentidos y sumergirse en el lugar elegido: disfrutar de la biodiversidad, acercarse a la historia y las tradiciones del entorno y saborear productos locales y de proximidad, vinos y quesos artesanos incluidos.

Y para todo ello, España es el lugar perfecto por su inmensa diversidad de paisajes y gastronomía. En esta guía no hay sitio para reseñarlos todos pero los autores han seleccionado algo más de un centenar de destinos que abarcan desde zonas verdes próximas a núcleos urbanos hasta rincones silvestres alejados de cualquier población. Una guía para disfrutar del aire libre, del paisaje y de la comida.

**Autor:** Antonio Sandoval y César-Javier Palacios  
**Título:** De pícnic por España  
**Páginas:** 272  
**Editorial:** GeoPlaneta  
**Precio:** 27,50 euros

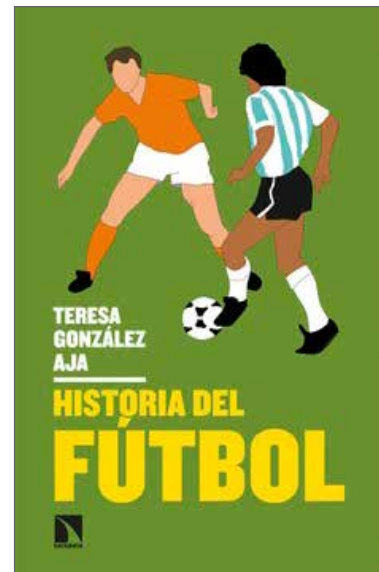


### EL ORIGEN DE UN IMPERIO Regreso de Colón al Nuevo Mundo

Cuando el almirante Colón regresó a la isla de La Española en 1493, al frente de diecisiete naos, se encontró el Fuerte Navidad, que apenas unos meses antes había dejado bien guarnecido, quemado, rodeado de cadáveres flotando y ningún superviviente. En el paraíso se había abierto una puerta al infierno.

Tras este terrible arranque, comienza la historia de quienes hoy son historia del mundo: los Colón, el piloto Juan de la Cosa y su gran amigo el bravo capitán Ojeda, los Niños y los Pinzones, Ponce de León, Bartolomé de las Casas, Ovando, Núñez de Balboa y Vesputio, y también de los caciques Guacanagarí y Caonabo y de la bella y trágica Anacaona. De Cortés, de Pizarro y Alvarado, todavía esperando para partir y emprender las más grandes conquistas, y también de los grumetes Trifoncillo y Alonso, del locuaz tabernero Escabeche y de su mujer, la india Triana, y hasta de los perros Becerrillo y Leoncico. Todos ellos en un mismo instante y lugar. Todos ellos en el mismo desembarco, espada en mano en la batalla o bebiendo vino de la misma jarra.

**Autor:** Antonio Pérez Henares  
**Título:** La Española  
**Páginas:** 448  
**Editorial:** HarperCollins  
**Precio:** 23,90 euros

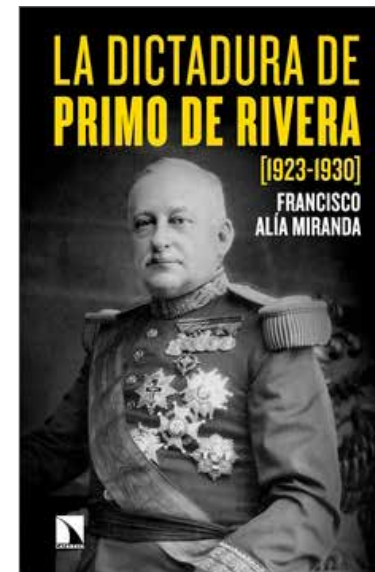


### UN ASUNTO MUY SERIO Espejo de la sociedad

El fútbol es un asunto muy serio para un gran número de personas. Tan grande que merece el máximo respeto. Mueve, además, fortunas de dinero, afecta desde al urbanismo a la educación o a la formación de valores. Es utilizado como sistema de propaganda, representa identidades, desde nacionales a locales o regionales, ha podido ser cómplice de regímenes totalitarios o estados policiales, provoca conflictos sociales, proporciona identidad a grupos marginados o dominantes, es motivo de alabanzas, es denostado, se le ama, se le odia, se le escriben poemas, proclamas, novelas, películas, obras de arte. Es un culto, una religión, sus jugadores son dioses, marcan la moda... nos rodea, nos influye, nos condiciona. Pero sobre todo, es el espejo en el que se refleja la sociedad.

Toda esta complejidad hace que su historia sea apasionante. Difícil de abordar, más allá de la anécdota, y difícil de interpretar; en definitiva, un reto. No podemos entenderlo si no asumimos que es un hecho social total, y desde el punto de vista histórico no podemos desvincularlo de su contexto global ni ignorar los componentes que lo definen y lo han ido construyendo desde finales del XIX hasta convertirlo en el mayor fenómeno de masas.

**Autor:** Teresa González Aja  
**Título:** Historia del fútbol  
**Páginas:** 208  
**Editorial:** Catarata  
**Precio:** 17,50 euros



**Autor:** Francisco Alía Miranda  
**Título:** La dictadura de Primo de Rivera (1923-1930)  
**Precio:** 240  
**Editorial:** Catarata  
**Precio:** 18,50 euros

### CIEN AÑOS DEL GOLPE Del éxito a la caída de un régimen

El golpe de Estado del general Miguel Primo de Rivera dio comienzo a una dictadura militar (1923-1930) sin complejos, que se autoproclamó capaz de resolver problemas antiguos con ideas y protagonistas renovados. El declive de la Restauración, el auge del intervencionismo militar y el propio interés de Alfonso XIII, acorralado por las responsabilidades en el desastre de Annual, contribuyeron a su triunfo. Primo de Rivera, que gozó de gran popularidad durante los primeros años, se estrenó como un líder simpático y benévolo, pero con el paso del tiempo sus palabras y acciones se revelaron llenas de paradojas y contradicciones. Ni regeneracionismo, ni responsabilidades sobre Marruecos, ni nada de lo prometido en el manifiesto del 13 de septiembre llegó a materializarse. El presunto orden social se convirtió en una amenaza para todos los discrepantes y hasta el legado económico de obras públicas y modernización, la mayor baza del periodo, tuvo un reparto muy desigual entre la población. Coincidiendo con el centenario del levantamiento, esta obra desentraña las razones del golpe, el éxito inicial del régimen, su vertiginosa caída y sus trascendentales consecuencias en la historia posterior.





Cesta picnic día de la madre  
PVP: 75 € IVA incluido.  
Los portes corren a cargo de la finca.

[www.dehesadelosllanos.es](http://www.dehesadelosllanos.es)

### Pícnic especial de DEHESA DE LOS LLANOS

Este año, Dehesa de Los Llanos propone obsequiar a las madres con una oferta gastronómica primaveral: un picnic para disfrutar al aire libre. Cesta de castaño fabricada a mano en España llena de productos de Km 0, un regalo saludable y solidario con la economía rural. Su vino Mazacruz Blanco 2022 irá acompañado por un Queso Media Curación con Denominación de Origen Manchego (apto para intolerantes a la lactosa, celíacos y alérgicos al huevo). El toque final lo proporcionan la miel de lavanda extraída de sus colmenas y un saquito de nueces, fruto de sus nogales.

### PETRAMORA, ¿picoteo o menú?

Petramora propone sus nuevos packs para regalar el día de la madre pensando en las amantes del picoteo, las que nunca se van de casa sin desayunar o en las más atentas a la estacionalidad. La segunda propuesta, consiste en un menú especial para este día elaborado por el cocinero barcelonés Jordi Vilà.

*El lote ¡Madre mía! incluye un queso tierno de oveja de su propia quesería Labadía, gildas, pepinos encurtidos de Jordi Vilà, crujientes y adictivos, vino Rueda Clotilde y lomos de salmón noruego.*



<https://petramora.com/collections/dia-de-la-madre/express>

### Restaurantes para sorprender a mamá

#### Kököchin

Kököchin es uno de los restaurantes preferidos por el público femenino de la capital por su cuidada decoración y su alta gastronomía china. Situado en el barrio de Valdemarín, Aravaca, te lleva a descubrir la riqueza culinaria ancestral china invitando al comensal a una experiencia de sabores exóticos, ambientado en los apasionantes lugares del viaje de la princesa de Mongolia Kököchin y Marco Polo por la Ruta de la Seda.

[www.kokochin.es](http://www.kokochin.es)



#### La Casa de Cristal

Situada en el madrileño barrio de Chamartín, La Casa de Cristal ofrece un espacio ajardinado y luminoso para disfrutar de la cocina española renovada en una terraza acristalada para desconectar y relajarse en familia en este día tan señalado.

[www.restaurantelacasadecristal.com](http://www.restaurantelacasadecristal.com)



#### La Nueva Cañada

La Nueva Cañada es el plan perfecto para las madres más clásicas. Es el nuevo restaurante en Boadilla del Monte del antiguo equipo de La Cañada, que cuenta con una larga experiencia en la gastronomía tradicional española con algunas sabrosas e interesantes novedades. Un clásico con una carta que repasa platos tradicionales de diferentes regiones del país.

<https://lanuevacanada.es/>



*CABAÑA MARCONI, para celebrarlo en una terraza jardín*



[www.cabanamarconi.com](http://www.cabanamarconi.com)

Una escapada a las puertas de Madrid para conocer uno de los rincones más sofisticados e inesperados de la capital. Cabaña Marconi es el restaurante jardín de Marcos Olazábal Janson, español de madre sueca que ha consagrado su cocina a los sabores de la infancia y al recetario familiar que se refleja en una carta repleta de recuerdos.

*Un cóctel original en SLVJ*

Para el Día de la Madre, todos los establecimientos de SLVJ España (SLVJ Velázquez, SLVJ Canalejas, SLVJ Moraleja, SLVJ Barcelona, SLVJ Valencia y SLVJ Marbella) ofrecerán un cóctel muy especial diseñado en exclusiva para la ocasión por Borja Goikoetxea para brindar y disfrutar al estilo salvaje.

[www.slvj.es](http://www.slvj.es)



*Burger gratis para mamá en THE FITZGERALD*



[@thefitzgeraldco](https://www.instagram.com/thefitzgeraldco)

Los restaurantes The Fitzgerald proponen revolucionar las redes durante todo el lunes 8 de mayo, el día siguiente al de la celebración del día de la madre para que tengas más oportunidades de vivir experiencias con ella. Cualquiera que acuda con su madre a alguno de los locales Fitz, por la consumición de una burger, ella tiene su burger gratis! Atención al QR que lanzarán en su perfil de Instagram para canjear la promoción.

*El hotel INTERCONTINENTAL ofrece un 'brunch' muy especial*

El emblemático InterContinental se suma a la celebración de una de las fechas más señaladas del año con su Brunch Especial Día de la Madre, en el que combinará gastronomía y belleza de la mano de Clarins.

Además de disfrutar de una succulenta propuesta gastronómica, las madres que acudan a esta cita el 7 de mayo serán obsequiadas con un producto de la firma francesa y con una foto de recuerdo de este día tan familiar.



<https://madrid.intercontinental.com/>



*HYATT CENTRIC GRAN VÍA, un 'brunch' de gran altura*



Madre no hay más que una! Por eso es tan importante demostrarles cariño con frecuencia y obsequiarlas con planes y experiencias que les hagan sentir especiales y muy queridas. Hyatt Centric Gran Vía Madrid 5\*, el exclusivo hotel pensado para exploradores urbanos presenta el plan perfecto para celebrar este día como se merece, un delicioso *brunch* que se podrá degustar el sábado 6 y el domingo 7 de mayo en el Jardín de Diana, una de las terrazas con las mejores panorámicas de la ciudad. Una exquisita oferta gastronómica en la que los asistentes serán recibidos con una mimosa de bienvenida y recibirán un obsequio del hotel para poder volver a este refugio de la urbe en las alturas presidido por la diosa romana de la caza. Un plan perfecto para celebrar en la mejor compañía un día tan especial.

[www.hyatt.com](http://www.hyatt.com)

### El brindis brillante de Cuvée Rosé Metal Jacket Bambú, de LAURENT-PERRIER

Laurent Perrier Cuvée Rosé presenta el mejor regalo para nuestras madres el 7 de mayo: Metal Jacket Bambú, su vestido de gala para las celebraciones más especiales.

Siguiendo el éxito de las ediciones limitadas anteriores Malla LP, Constellation, Cebra y Mariposa, nace Bambú. Inspirado en la exuberancia de las zonas tropicales, otorga un brillo único a la botella de Cuvée Rosé y sublima el servicio del vino.

Laurent-Perrier Cuvée Rosé nace en 1968 gracias a la audacia y el saber hacer único de la Maison Laurent-Perrier. Con la exigencia de la búsqueda de la perfección en todas las etapas de elaboración, es reconocido por su constancia y gran calidad.

Cincuenta años después sigue siendo pionero, líder y precursor, convirtiéndose en una de las cuvées icónicas de la casa. Se caracteriza por aromas de frutos del bosque frescos, una gran intensidad y mucha fuerza.

Disponible en el Club del Gourmet de El Corte Inglés y en las mejores vinotecas de España.

### La cápsula del tiempo de PUYDU FOU ESPAÑA, un regalo diferente

Puy du Fou España tiene el regalo ideal para homenajear a las madres. Se trata de la *Cápsula del tiempo*, una experiencia inmersiva para revivir en familia las épicas hazañas de Lope de Vega, el rey Recaredo, la Reina Isabel la católica o el Cid Campeador.

Obsequiar Puy du Fou España es regalar un viaje inolvidable en el tiempo en el corazón de la naturaleza. El parque, abierto desde el pasado 1 de abril, es, sin duda, la combinación perfecta de ocio y cultura; emoción y sentimiento; historia y leyenda. Esta temporada, que llega con tres nuevos espectáculos y repleta de otras novedades, cautivará a más de un millón de espectadores con su gran apuesta: el espectáculo *El Misterio de Sorbaces*, inspirado en la época de Recaredo, de Leovigildo y de un tesoro que cambió la historia.

La tarjeta regalo Puy du Fou se puede adquirir en formato *Cápsula del tiempo* (en formato físico con entrega a domicilio en un plazo de 3 a 5 días laborables) o en formato digital (con entrega vía e-mail al instante) y se pueden comprar a través de la web.



[www.puydufou.com](http://www.puydufou.com)

### Para Mamá lo mejor de TUCANO - Compatto Eco para todas las ocasiones

La línea Compatto de Tucano se ha renovado: ahora es totalmente eco. Están fabricadas en tejido reciclado de botellas PET. 4 modelos muy prácticos y muchos colores. Ideal para regalar a mamá en su día.

<https://tucano.com/es/>



### BLAUER, para la mamá más 'fashion'



Blauer es la marca de moda que atesora y renueva la tradición de la ropa exterior americana. Fundada en Boston en 1936 para suministrar ropa técnica a la policía, la marina y otras fuerzas armadas, hoy Blauer reinterpreta el concepto de uniforme para hombres y mujeres independientes y cosmopolitas, sensibles a la calidad, la autenticidad y los materiales de rendimiento. Todas las mujeres lo saben: con los accesorios adecuados, cualquier look puede transformarse por completo. Por eso, deberías elegirlos con cuidado, fiándote de tu gusto personal pero también prestando atención a la calidad.

[www.blauerusa.com/es](http://www.blauerusa.com/es)



### SEIKO marca la hora de las mamás



El Día de la Madre es la ocasión perfecta para sorprender a la mujer más importante de nuestras vidas con un detalle especial. Y como madre no hay más que una, Seiko trae los nuevos Seiko Presage Cocktail Time: una línea de relojes refinados con los que acertarás seguro.

Tres preciosas esferas inspiradas en los cócteles, ocho delicados diamantes y un cristal en forma de caja redondeada de estilo vintage convierten a los nuevos relojes Presage Cocktail Time en unos de los modelos más elegantes de la firma.

[www.seikoboutique.es](http://www.seikoboutique.es)



[www.carioca.com](http://www.carioca.com)

*Lápices y tizas CARTIOCA para jugar con mamá*

CARTIOCA presenta sus productos más novedosos y originales para que los juegos de los niños puedan tener mucha más fantasía y color.

—Caja de 24 lápices de madera supercolor. Cuerpo hexagonal. Colores intensos y gran opacidad. PVP 6,99 euros.

—Caja de 10 tizas multicolores estándar. Colores brillantes, lavables y fáciles de borrar. Tizas sin polvo. PVP 1,99 euros.

CARTIOCA es la histórica marca italiana de rotuladores y material escolar para el desarrollo de la creatividad, con una gran capacidad de combinar patrimonio e innovación, y cada vez más comprometida con la seguridad y la sostenibilidad.



*Experiencia beauty & healthy en BLESS HOTEL MADRID*

Bless Hotel Madrid ha diseñado una experiencia única de bienestar en su spa Belton Beauty con motivo del día de la madre. *Breakfast and Relax* consiste en una completa mañana de descanso inolvidable junto a la mejor compañía. La mañana de bienestar comenzará con un exquisito desayuno Blessed Breakfast servido en Pinzelada Lounge, un espacio vibrante de diseño con una renovada experiencia gastronómica.

A continuación, el más exclusivo tratamiento diseñado para hacerla feliz, el Ritual Hedonista con movimientos inspirados en la técnica hawaiana Lomi-Lomi, combinando cambios de presión y velocidad para mejorar su estado físico, mental y espiritual. Acto seguido se realizarán 15 minutos de la técnica Kobido del tratamiento Sculpting Facial, que consigue un efecto “flash” inmediato, mejora la circulación y oxigena los tejidos en profundidad. Como punto final a esta experiencia relajante, se podrá descansar en la Zona de Aguas del spa y culminar la experiencia al adentrarse en el hammam y respirar profundamente los aromas a eucalipto, liberar toxinas en la sauna seca, activar el cuerpo con contrastes de frío y calor en la cascada de hielo o desconectar en el jacuzzi y las duchas sensoriales.



[www.blesscollectionhotels.com](http://www.blesscollectionhotels.com)



Regalo único.

<https://maminat.com/>

*MAMINAT, un regalo natural y ecológico*

Regalar cuidado, mimo, belleza y salud es un detalle único para esa persona que tanto queremos y que es única y especial, porque al hacerlo, no sólo le estamos diciendo cuánto la apreciamos con ese obsequio, sino también que deseamos que ella se cuide y se mime. Si, además, con ese detalle, somos conscientes de las necesidades del planeta, ese regalo tendrá todos los ingredientes para ser perfecto. Es el caso de la cosmética natural y ecológica. Obsequiar con este tipo de productos para el cuidado el 7 de mayo es todo un acierto. Y todo será más sencillo si aprovechamos las diferentes opciones y envíos especiales que firmas como Maminat proponen para este gran día.



Productos naturales.

*Un día de la Madre especial en AUTOCINE MADRID FEVER*

Autocine Madrid Fever celebra el día de la madre en un ambiente de cine que trasladada a la década de los 50, entre sesiones de música, decorados de autor, pintacaras, castillos hinchables, .

El domingo 7 de mayo, desde las 12:00 hasta las 19:30, se celebrará el evento temático: Guateque party, una propuesta llena de diversión, gastronomía, música y actividades infantiles. Dentro del apartado de Regala Autocine de su página web, se han creado ocho packs diferentes, pero todos igualmente especiales, que se ajustan a las necesidades específicas de cada familia. Tienen una validez de un año desde el momento de la compra.

<https://ritas.es/madrid-centro/>





Amplio, lujoso, electrificado y muy familiar, el Nissan X-Trail e-4Orce de tracción a los dos ejes con el sistema híbrido e-Power es una de las grandes opciones para quienes buscan un SUV de este tamaño con siete plazas y etiqueta Eco. Se trata de un modelo familiar, con tres filas de asientos e ideado tanto para el uso urbano como para viajar con todas las comodidades y seguridad.

## NISSAN X-TRAIL E-4ORCE E-POWER

### El SUV más familiar, electrificado y sin enchufes



TEXTO **FELIPE TERUEL**

Desde su presentación en 2001, del X-Trail se han vendido más de siete millones de unidades, una cifra que lo sitúa entre los SUV más populares del mundo. Con un largo de 4,68 metros, un ancho de 1,84 y una altura de 1,75, esta cuarta generación del compacto familiar supera por dimensiones a todos los competidores de su segmento, sin renunciar a un estilo distintivo que proyecta sensaciones de robustez y solidez sin resultar agresivo.

Exteriormente destaca por los elementos de diseño característico de la marca, como el techo flotante y la parrilla V-motion ya emblemática de Nissan. El frontal está enmarcado por unos llamativos faros moldeados dentro del capó, con el reparto de luces diurnas, intermitentes y tomas de aire sobre el paragolpes. Por los lados, los contundentes pasos de rueda delanteros y traseros determinan una presencia rotunda en carretera, y en la base de las puertas sobresalen unos faldones con la base cromada que aportan fluidez y cierta elegancia a las superficies rectas.

La zaga está dominada por unos grupos ópticos envolventes y de tamaño generoso que sobresalen en el espacio superior de un portón con dos planos escalonados de abajo arriba. Un emblecedor plateado bajo el paragolpes resalta el carácter todoterreno del X-Trail.

Mezcla de monovolumen, familiar y SUV (Sport Utility Vehicle), esta cuarta generación del Nissan X-Trail es el segundo modelo que equipa el innovador sistema de propulsión e-Power, desarrollado por la compañía nipona, que ofrece la sensación de conducción cien por cien eléctrica sin necesidad de enchufes. El sistema está compuesto por una motorización de gasolina que carga una batería de alto rendimiento para mover dos motores eléctricos, uno en cada eje, y sumar una potencia total de 213 caballos.

A este nuevo mecanismo electrónico hay que añadir, en el caso de la versión probada por **topVIAJES**, la tracción

e-4Orce a las cuatro ruedas, diseñado exclusivamente para la incorporación a las motorizaciones electrificadas de Nissan, mucho más rápido que los sistemas convencionales de tracción integral. Al gestionar específicamente la potencia y el rendimiento de los frenos de cada rueda, el sistema e-4Orce envía la fuerza a las ruedas exteriores en un giro para garantizar así la agilidad y la estabilidad y que el vehículo siga la línea de trayectoria prevista.

Dirigido a un tipo de conductores que muestran sus preferencias por un coche polivalente, representativo y con excelentes condiciones para su uso familiar y de ocio, el X-Trail e-Power muestra como características diferenciadoras el diseño, sus dimensiones y un dinamismo de marcha sobresaliente.

### *Habitabilidad y confort*

El interior es todo un alarde de habitabilidad y confort. Aunque para la versión de serie se han previsto cinco plazas, opcionalmente, se puede configurar con siete asientos individuales. Las dos delanteras son de dimensiones similares a las de una berlina grande, aunque con una posición más alta y una visibilidad superior. Todas las plazas son amplias y con un espacio que deja estirar las piernas sin obstáculos, especialmente a los pasajeros de la segunda fila, aunque la tercera está ideada para niños.

Los materiales de alta calidad empleados en el salpicadero, puertas y consola, las funciones inteligentes y los detalles de acabados confieren al habitáculo un diseño de vanguardia atractivo y elegante en el que destaca la ergonomía táctil de todos los interruptores y botones, fáciles de usar, sencillos e intuitivos. En el nivel superior de la consola central se encuentra el cambio de velocidades, el selector de los cinco modos de conducción, el portavasos y el cargador inalámbrico para móviles. Y en el centro del conjunto, una pantalla multifunción de 12,3 pulgadas de





alta definición y completamente digital da acceso a la navegación, los ajustes del vehículo y el entretenimiento.

**Conclusión**

Por supuesto, el aspecto más destacable del Nissan X-Trail e-Power 4Orce es su motorización, un sistema que ofrece una conducción cien por cien eléctrica sin conectarse a un enchufe. En la prueba de conducción dinámica realizada por **topVIAJES** sobre un recorrido de algo más de 500 kilómetros, el coche exhibe un aplomo impresionante, sobre todo cuando se rueda por autopista o autovía a un ritmo elevado, que es cuando se percibe un nivel de sonoridad muy bajo. A pesar de su porte y peso, el X-Trail electrificado y tracción integral frena muy bien, recupera con rapidez y muestra una maniobrabilidad sobresaliente.

La conducción urbana es claramente agradable y silenciosa. La baja rumorosidad del propulsor de gasolina permite una circulación eléctrica con ausencia de ruidos mecánicos. Se mueve con soltura entre el tráfico y se aparca con facilidad con la ayuda del e-Pedal Step, que permite que las maniobras a baja velocidad se realicen con la máxima suavidad. ●



**FICHA TÉCNICA**

**NISSAN X-TRAIL E-4ORCE E-POWER**

**Dimensiones:**

Largo: 4.680 mm.  
Ancho: 1.840 mm.  
Altura: 1.710 mm.  
Batalla: 2.705 mm.  
Peso: 1.961 kilos.

Depósito de combustible: 55 litros.  
Maletero: 485 a 1.298 litros.

**Motor:**

Motor de combustión: gasolina con inyección directa,

turbo e Intercooler.

Cilindros: 3 en línea.

Cilindrada: 1.497 centímetros cúbicos.

Potencia: 158 CV.

Motor eléctrico 1: 204 CV.

Motor eléctrico 2: 128 CV.

Par motor: 330 Nm en tren delantero y 195 Nm en eje trasero.

Tracción: integral

Cambio: Automático.

**Prestaciones:**

Velocidad máxima: 180 km/h.

Aceleración: de 0 a 100 en 7,2 segundos.

Consumo medio: 6,5 litros cada 100 km.

Emisiones de CO2 WLTP: 148 gr./km.

Precio: 52.310 euros.

## UN NUEVO MUNDO

ANTONIO GÓMEZ RUFO  
Escritor  
[www.gomezrufo.com](http://www.gomezrufo.com)



El anuncio no puede ser más inquietante: de seguir así la evolución de la naturaleza vamos a pasar otra vez, como en 2022, por un verano anticipado y largo, con temperaturas por encima de las habituales y con el planeta echándose a hervir como si lo incendiara un sádico en una gigantesca olla a presión. Aquella idea del cambio climático que se concebía como un ligero aumento del buen tiempo y algunos deshielos polares no era tan liviana como parecía. Si se consuma el anuncio de las agencias mundiales del clima nos enfrentamos a un mundo nuevo, desconocido e imposible de combatir y, por tanto, aterrador. Esperemos que no llegue a tanto.

En el último siglo, la respuesta a las épocas de buenas temperaturas ha sido las vacaciones, y el viaje como eje del ejercicio vacacional. La diferencia, ahora, es que no es posible extender los días libres durante todos los meses que ofrecerán temperaturas inadecuadas para el esfuerzo laboral, ni está el potencial energético como para combatirlas con aparatos eléc-

tricos de refrigeración. El recurso de viajar a climas más templados o huir de las ciudades para refrescarse en la montaña o a la orilla del mar es una alternativa imposible de aplicar desde mayo a noviembre, que será lo que puede durar el verano climático según las previsiones de calor en el hemisferio norte. Todo apunta a que se avecina un cambio que será mucho más que una modificación termométrica para llegar a ser un cambio de modelo de comportamiento social, económico y de hábitos, usos y costumbres.

Un mundo nuevo, también en este aspecto, se avecina. A esta sociedad en ciernes, en el caso de que se produzca y consolide, no vamos a reconocerla. Y aunque se conoce la capacidad de adaptación del ser humano, lo que no se sabe es hasta dónde llegará, si también podrá adecuar su modo de vivir a esa posible y nueva manera de concebir el mundo. ●

# topVIAJES

LA PRIMERA REVISTA DIGITAL DE  
**TURISMO, VIAJES Y**  
**GASTRONOMÍA EN ESPAÑA**

*Puedes acceder gratuitamente  
a todos los números de topVIAJES en la web:*

**[www.topviajes.net](http://www.topviajes.net)**

*Así como descargar los que te gustan*  
**¡EMPIEZA YA A VIAJAR CON topVIAJES!**

3

ANIVERSARIO



OFCOURSE  
THE ESSENCE OF NETWORKING