

# EAT *gourmet* EAT

OTONO 2019. N° 22. 3 € (SPAIN)  
CANARIAS 3,15 €

**Ariadne  
Artiles**  
ANFITRIONA  
HEALTHY

TENERIFE,  
MARRUECOS,  
TILBURGO  
**ESCAPADAS  
PARA TODOS  
LOS GUSTOS**

**67** RECETAS  
CON LASQUE  
SORPRENDER

**Otoño  
en clave  
sweet**

LAS INFLUENCERS  
DEL VINO

**REINAS  
DE  
COPAS**

**Brunch  
deluxe**

SANDWICHES HAUTE COUTURE  
CONSERVAS CON UN TWIST  
DULCES CON FRUTOS SECOS



## EL EXPERTO

Rodrigo de la Calle se formó con Martín Berastegui, a quien considera su mentor, fundó el concepto de gastrobotánica (el estudio de los vegetales aplicado a la cocina) y ha asesorado a Joël Robuchon, entre otros éxitos. Si quieres descubrir su maestría con los productos del huerto, reserva mesa en El Invernadero.

«Las alcachofas de mayor calidad vienen de Tudela; son verde claro (y sin manchas negras), su textura es prieta y las brácteas exteriores –las hojas– están totalmente pegadas».



«Un truco para retrasar su oxidación consiste en sumergirlas en agua con perejil, pues este contiene vitamina C y no modifica el sabor».

«Las más tiernas son las pequeñas, perfectas para comerlas crudas, aliñadas sólo con zumo de limón, sal y pimienta».

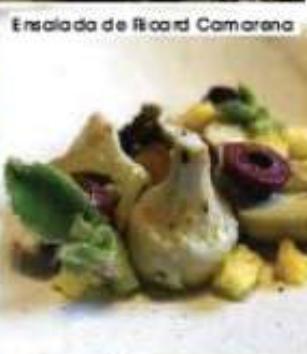
«Fritas se convierten en un aperitivo ideal. Calienta aceite a 180°C con un poco de ajo, corta las alcachofas en láminas finas y fríelas hasta que las puntas se vean doradas y el interior esté jugoso. Sirvelas como un snack adictivo».



TriCiclo



El Invernadero



Ensalada de Ricardo Camarena



Fismuler

## DATE UN FESTIVAL

**TriCiclo** Las alcachofas son una de las obsesiones del chef. Las cocina a la plancha con beurre blanc (una salsa francesa a base de mantequilla), codium (el alga que sabe a percebe) y quisquillas fritas (Santa María, 28, Madrid).

**El Invernadero** Degusta sus platos vegetarianos y marídalos con las bebidas fermentadas que hacen allí mismo (Ponzano, 85, Madrid).

**Ricard Camarena** Prueba en este dos estrellas Michelin la deliciosa Ensalada de alcachofas, cremoso de caviar, aceituna kalamata y canela (Burjassot, 54, Valencia).

**Fismuler** Si ya has ido al establecimiento de Madrid, su local en la Ciudad Condal te conquistará por su decoy su cocina de producto. ¿Uno de los platos estrella? Las alcachofas fritas con berberechos y boletus (Rec Comtal, 17, Barcelona).

**Casa Tomás** Si pasas por la ruta del vino de Navarra, acérdate a este asador tradicional, donde algunos dicen que se comen las mejores alcachofas de España (13 de septiembre, 1, San Martín de Unx).

**La Tasquita de Enfrente** En el paraíso de los productos de temporada, las joyas llegadas de Tudela marcan la pauta en otoño (Ballesta, 6, Madrid).



### Shopping healthy

1. Recipiente para la sal con forma de alcachofa, de Gisela Graham London (10,88 €).

2. Taza dibujada, de Cream Cornwall (15 €). 3. Tote bag para ir al mercado, de Wanderlost & Found (31,50 €). 4. Libro de recetas Cocina vegana (Phaidon), de Jean-Christian Jury (39,95 €).

5. Paño de cocina de algodón, de Nacional Sedera (21 €). 6. Pack de cuchillos (cebollero, utilitario y mondadientes) de acero inoxidable, de Arcos para Zara Home (59,99 €).

7. Cerveza Cachobeer, elaborada a base de alcachofas (18 €/4 u.). 8. Plato llano de cerámica con forma de alcachofa, de Bordallo Pinheiro (24,60 €).