

**LA RAZÓN**  
NUEVA EDICIÓN EN PDF



**LA RAZÓN**  
NUEVA EDICIÓN EN PDF



**LA RAZÓN**.es

Nº 75 | Jueves, 15 de marzo de 2007

[INICIO](#) / [ÍNDICE](#) / [PORTADA](#) / [VERSIÓN IMPRESA](#) / [SUSCRIPCIONES](#) / [SUGERENCIAS](#)

[España](#)

[Internacional](#)

[Cultura](#)

[Madrid](#)

[Sociedad](#)

[Religión](#)

[Economía](#)

[Deportes](#)

[Espectáculos](#)

[Vivir el día](#)

[Los toros](#)

[Televisión](#)

[A la contra](#)

[Autonomías](#)

[Necrológicas](#)

*Opinión*

[Editoriales](#)

[La primera](#)

[Tribuna libre](#)

[En alza, en baja](#)

[Columnistas](#)

[Gente](#)

[Viñetas](#)

[Punto de mira](#)

[Cartas al director](#)

[El puntazo](#)

*Servicios*

[El tiempo](#)

[Hoteles](#)

[La red](#)

[La bolsa](#)

[Cartelera](#)

[Televisión y radio](#)

[Lotería](#)

[Horóscopo](#)

[Nuestros enlaces](#)

[Clasificados](#)

[Páginas Amarillas](#)

[Restauranteshoy](#)

[Páginas blancas](#)

[Callejero](#)

## Vivir el día

### «Slow food»: comer sin prisa

Esta tendencia pretende educar el gusto, cuidar el producto y salvaguardar la biodiversidad

Tatiana Ferrandis Madrid

La batalla contra el «fast food» empezó hace un tiempo en algunos sectores del arte culinario. En concreto, arrancó en Turín (Italia) para fomentar una gastronomía basada en el gusto y el mantenimiento de la cocina regional y tradicional. Degusta, el Salón de la Alimentación para el Consumidor, ha desarrollado esta tendencia y el aula de Cultura Gastronómica de la Universidad de Córdoba pone en marcha este año un seminario sobre el movimiento «slow food» (comida lenta) que pretende educar al comensal, salvaguardar la biodiversidad y promover un modelo de alimentación respetuoso con el medio ambiente. Recetas de la abuela Venus Albir, en Alfás del Pí (Alicante), es el primer bio-hotel y bio-restaurant ecológico certificado. Sirve platos elaborados con alimentos ecológicos y orgánicos cuya especialidad es el crêpe relleno de arroz semi integral con verduras o cualquiera de sus carnes alimentadas en pastos naturales, como el solomillo con manzana braseada. Ecocentro prepara una hamburguesa biológica y vegetal y un arroz con algas que es de repetir, todo para degustar con música clásica de fondo y sin humo. Mientras, por si no se quiere mover del sofá, Baguise se la acerca hasta su casa. Una comida a mesa puesta a la que se apunta también quien desee llevar una vida equilibrada, así como regresar a las recetas de la abuela elaboradas con los productos de mejor calidad. Como la gallina en pepitoria que prepara Alfonso Castellano en el Patio de Leo o Erika Feldmann e Ignacio González, que han rescatado en Montana el recetario tradicional mediterráneo. De ahí la selección de pescados de mercado preparados con un punto de cocción cortos o platos como el cochinito de lechal de Segovia asado al horno de leña. El chef Santi Santamaría en Evo también ofrece una gastronomía inspirada en el producto autóctono y en la vanguardia culinaria. Pruebe sus verduras frías con aceite de eneldo, el cabracho con puré de patata y mollejas de cordero o las navajas con coca de berenjenas y caracoles, pues son un espectáculo. Tanto como el risotto de calabaza o el salmonete con gnocchi de patata que puede probar en Komo, en cuya cocina no entran los elementos «gourmet» para no elevar la cuenta y sólo se preocupan de la frescura de los productos utilizados. En el Mesón de Fuencarral, el nieto del fundador, Juan Dios, ha hecho de la carta una leyenda culinaria al preparar las recetas que aprendió de su abuela, entre ellas los huevos con migas y chorizo, croquetas, berenjenas con salmorejo y pollo de corral al ajillo, que el comensal puede degustar al calor de la chimenea. Don Pelayo, por su parte, presume de llevar veinte años ofreciendo resistencia a las distintas modas culinarias y lo celebra incluyendo en la carta diez tipos de arroces (a banda, negro con alioli, meloso de almejas y rape, caldoso con bogavante...).

RELACIONADOS

**La Bitácora del Director**

El sucio aliento de la indignidad

**Participación**

**La Razón Solidaria**

**Libros**

Novedades editoriales y críticas literarias

**Suplementos**