

MORROFINO

Restaurantes de Buena Mesa España

ABRIL 2022

EDICIÓN ESPECIAL

48 CAPÍTULO FAMILIAR

REGIÓN DE MURCIA

SEDE DEL ENCUENTRO ANUAL

HABAS

RECETAS DE BUENA MESA

BUENA MESA

GUÍA DE RESTAURANTES

ROMERO, ANSÓN,

BALLARÍN,

&+

SPECIAL EDITION

48 FAMILY CHAPTER

REGIÓN DE MURCIA

PLACE OF THE ANNUAL MEETING

BROAD BEANS

BUENA MESA RECIPES

BUENA MESA

RESTAURANTS GUIDE

ROMERO, ANSÓN,

BALLARÍN,

&+

50 AÑOS



50

AÑOS
EDICIÓN
ESPECIAL
ANIVERSARIO
ASOCIACIÓN

“Las Mujeres
son el Alma de los
Restaurantes de Buena Mesa”

.....

*“Women
are the Soul of
Buena Mesa Restaurants”*

Adolfo Muñoz



*Marina (El Caballo Rojo), Esther (Ventorrillo El Chato), María (Caballo Rojo)
Carmen (Robles), Laura (Robles), Alicia, Julita (Grupo Adolfo) y Eloísa (El Churra).*

EDITORIAL



Querido MORROFINO:

Quizás algunos lectores de Morrofino no sepan que los Restaurantes que forman Buena Mesa, la primera y más longeva asociación hostelera de España, nos encontramos cada año en una provincia distinta, llevamos a cabo nuestro encuentro profesional y al mismo tiempo descubrimos el patrimonio cultural, natural y gastronómico del lugar.

Acabamos de celebrar hace pocos días el 50º aniversario de la fundación por aquellos hombres y mujeres que querían unir La España Gastronómica y el inolvidable 48º Capítulo Familiar de nuestra decalustra Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España. En esta ocasión se ha llevado a cabo en la incomparable y entrañable Región de Murcia, con la extraordinaria organización de Restaurante El Churra de Murcia, y el restaurante Venezuela que nos han reunido a más de 150 representantes de la gastronomía española, junto con los restaurantes de la Región de Murcia: Los Churrascos y el recién incorporado Sacromonte.

Quiero felicitar en especial a Carlos, a Mariano, a Conchita, a Fernanda y a José Antonio y hemos recordado a nuestro querido por todos Anastasio, los que han hecho posible este sobresaliente congreso anual. Y reiterar mi más calurosa bienvenida a las nuevas incorporaciones: el donostiarra Restaurante Aratz, el asturiano El Tonel, y el cartagenero Sacromonte que se suman a las incorporaciones anteriores: el madrileño Cuevas del Vino, el sevillano El Espigón y el guadalajareño Biosfera. Todos ellos muy merecedores de pertenecer a nuestra gran familia de restaurantes de Buena Mesa.

Quiero hacer también una mención muy especial a todas las MUJERES que integran nuestros establecimientos, pues son el ALMA de los Restaurantes de Buena Mesa.

Ya se ha fijado nuestro nuevo prometedor encuentro el próximo año en Valladolid, y ahora hemos regresado con fuerza a nuestra labor, este oficio tan noble y que tanta entrega requiere, como es el de prestar el mejor servicio a nuestro cliente, que siempre debe ser el centro de nuestro esfuerzo diario.

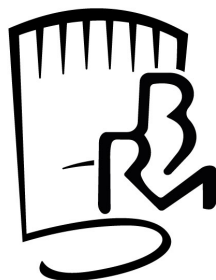
Agradecer a mi junta directiva y a los servicios de organización una vez más.

Buen trabajo y Buena Mesa.

Adolfo Muñoz

Presidente de la Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España

EDITORIAL



Buena Mesa España
ASOCIACIÓN DE RESTAURANTES

Dear MORROFINO:

Perhaps some readers of Morrofino do not know that the Restaurants that make up Buena Mesa, the first and longest-running hotel association in Spain, meet each year in a different province, carry out our professional meeting and at the same time discover the cultural, natural and gastronomy of the place.

A few days ago we just celebrated the 50th anniversary of the foundation by those men and women who wanted to unite Gastronomic Spain and the unforgettable 48th Family Chapter of our decadent Association of Buena Mesa Restaurants Spain. On this occasion it has been held in the incomparable and endearing Region of Murcia, with the extraordinary organization of Restaurant El Churra in Murcia, and the Restaurant Venezuela, which have brought together more than 150 representatives of Spanish gastronomy, together with the restaurants from the Region of Murcia: Los Churrascos and the recently incorporated Sacromonte.

I want to especially congratulate Carlos, Mariano, Conchita, Fernanda and José Antonio and we have remembered our dear Anastasio, those who have made this outstanding annual congress possible. And reiterate my warmest welcome to the new additions: Restaurante Aratz from San Sebastian, El Tonel from Asturias, and Sacromonte from Cartagena, who join the previous additions: Cuevas del Vino from Madrid, El Espigón from Seville and Biosfera from Guadalajara. All of them very deserving of belonging to our great family of Buena Mesa restaurants.

I also want to make a very special mention to all the WOMEN who make up our establishments, as they are the SOUL of the Buena Mesa Restaurants.

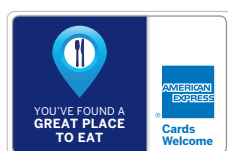
Our new promising meeting has already been set for next year in Valladolid, and now we have returned strongly to our work, this noble job that requires so much dedication, such as providing the best service to our client, which must always be the center of our daily effort.

*Thank my board of directors and organization services once again.
Good job and good table.*

Adolfo Muñoz
President of Restaurantes de Buena Mesa España

AMERICAN EXPRESS SU TARJETA PARA RESTAURANTES YOUR CARD FOR RESTAURANTS

Cada día son más los restaurantes que aceptan la **Tarjeta American Express**.
Everyday there are more restaurants that accept the **American Express Card**.



Para localizarlos solo tiene que buscar nuestros distintivos en la puerta del Establecimiento.

To find them, check out our decals at the restaurant's entrance.



MORROFINO

Los Valores de la Buena Mesa Rafael Ansón	08	<i>The Values of Buena Mesa Rafael Ansón</i>
REGIÓN DE MURCIA Restaurantes de Buena Mesa XLVIII Capítulo Familiar	12	<i>REGIÓN DE MURCIA Buena Mesa Restaurants XLVIII Family Chapter</i>
¿Podemos curar al mundo? Mar Romero	28	<i>Can we heal the world? Mar Romero</i>
Ingredientes & Recetas HABAS TIERNAS	38	<i>Ingredients & Recipes BROAD BEANS</i>
La Región de Murcia y los Restaurantes de Buena Mesa España Tomás Martínez Pagán	48	<i>The Region of Murcia and the Buena Mesa Restaurants Spain Tomás Martínez Pagán</i>
El Amanecer de la Automatización en los Restaurantes Manel Morillo	54	<i>The Dawn of Automation in Restaurants Manel Morillo</i>
MUST HAVE	56	<i>MUST TASTE</i>
Barcelona, destino gastronómico Eva Ballarin	58	<i>Barcelona, gastronomic destination Eva Ballarin</i>
Guía de Restaurantes de Buena Mesa	60	<i>Buena Mesa Restaurants Guide</i>

MORROFINO | El Magazine de los que no sólo viven de comer bien

© Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España
Redacción y Edición | SUMMA ARTIS COMUNICACIÓN | Publishing and Editing
Foto portada Adolfo Muñoz por Camelforme EgoChef
Fotos Capítulo: © Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España | Ángel Miñano | Caracool.net
redaccion@morrofino-media.es | morrofino-club.es



Los Valores de la Buena Mesa

Desde siempre, las tertulias y las reuniones se han celebrado en torno a la mesa. En la antigüedad, eran banquetes o bacanales. Daba igual el objeto de esas reuniones, lo importante es que fuera en torno a una mesa llena de manjares, de vinos y de licores.

De esas fiestas que celebraban las élites y la aristocracia, en palacios o en casas particulares, poco a poco empezaron a surgir los restaurantes en el siglo XIX y luego, de una manera mucho más amplia, en el siglo XX y el XXI.

El origen de la Buena Mesa

En principio, los sitios de **“buena mesa”** eran lugares con una cocina normal, donde se elaboraban platos que habitualmente se hacían en las casas. Naturalmente, la pretensión de los restaurantes era que esos platos fueran algo mejores. Y así nacen una serie de restaurantes donde era posible degustar la cocina tradicional de nuestras madres, abuelas y bisabuelas, elaborada quizás con un cuidado, una profesionalidad y unas instalaciones que no existían en el entorno doméstico.

En España, durante muchos años (prácticamente hasta mediados del siglo XX), todos los restaurantes ofrecían esos platos tradicionales y la distinción venía por el tipo de cocina tradicional que elaboraban. Casi siempre era cocina regional y, por eso, se pusieron de moda los restaurantes de cocina vasca, asturiana, catalana o gallega.

En los años 60 y 70, aparece la Nouvelle Cuisine en Francia y la Nueva Cocina Vasca en España y, en los años 90, la Cocina de la Libertad. A partir de entonces, ya era posible elegir entre los restaurantes de la buena mesa y otros más creativos o que ofrecían una cocina internacional.

Tradición e innovación, de la mano

Recuerdo un día que, hablando con Joël Robuchon, uno de los grandes cocineros de la historia, me dijo que estaba harto de que la gente le preguntara si le gustaba más la cocina tradicional o la cocina creativa, la francesa o la italiana. Me dijo: “no hay más que dos tipos de cocina, la buena y la mala”. Yo añadiría que, si la buena es, además, creativa, mejor.

La innovación es lo que mueve el mundo, lo que posibilita el progreso. Por tanto, respetando todos los valores tradicionales, es fundamental alentar y apoyar la creatividad.

Por otro lado, la gastronomía de España era menos conocida cuando su cocina o sus restaurantes eran solo tradicionales. A día de hoy, se ha convertido en la primera gastronomía y, probablemente, en la primera restauración del mundo gracias a la creatividad, a la cocina de autor, a la cocina de artista.

La cocina de nuestros antepasados

En la actualidad, las grandes ciudades como Madrid reúnen muchos tipos de restaurantes, ya sean internacionales (italianos, chinos, tailandeses, mexicanos, argentinos, peruanos...), restaurantes de cocina creativa como Diverxo, Coque o Freixa, y otros tantos.

Pero, en el fondo, la gente sigue buscando restaurantes de buena mesa, aquellos en los que predomina la materia prima de calidad y se elabora una cocina más o menos tradicional, lo que garantiza la satisfacción del cliente.

Es estupendo que aún se mantengan esas recetas y esa tradición a través de restaurantes que también son familiares y que, por tanto, respetan lo que hemos heredado a lo largo de la historia de nuestras familias y de nuestros antepasados.

Asociación de Restaurantes de Buena Mesa

Cuando, en el año 69, un grupo de amigos iniciamos la creación de una asociación de aficionados a la buena mesa –que se constituyó jurídicamente en el año 72–, el nombre que elegimos, a propuesta de Joaquín Calvo Sotelo, fue la **Cofradía de la Buena Mesa**.

Por aquella época, se creó también una asociación que aún mantiene el mismo espíritu con el que se fundó: mantener la tradición, la familia y el buen hacer.

Quiero felicitar a la **Asociación de Restaurantes de Buena Mesa** y a su Presidente, **Adolfo Muñoz**. En especial, por su revista **Morrofino**, que está dando a conocer y que está permitiendo que se conserven todos los valores que tiene nuestra cocina tradicional, la que nuestras madres, abuelas y bisabuelas han elaborado en cada región de España a lo largo de la historia

Es para mí un honor poder colaborar en este número de Morrofino que se va a publicar con motivo del **Capítulo Familiar de los Restaurantes de Buena Mesa**, en Murcia.

Mi enhorabuena, con la ilusión y la esperanza de que, dentro de otros 50 años, los españoles podamos seguir acudiendo a los restaurantes de buena mesa para disfrutar de nuestra cocina tradicional y, por supuesto, de la cocina creativa. Al final, lo importante es que una y otra sean buenas, que respeten la materia prima y que sean saludables, solidarias y sostenibles, además de satisfactorias.



Rafael Ansón

Presidente de la Real Academia de Gastronomía

The Values of Buena Mesa

Gatherings and meetings have always been held around the table. In ancient times, they were banquets or bacchanals. The object of these meetings did not matter, the important thing is that it was around a table full of delicacies, wines and spirits.

From those parties celebrated by the elites and the aristocracy, in palaces or in private homes, restaurants began to emerge little by little in the 19th century and then, in a much broader way, in the 20th and 21st centuries.

The origin of Buena Mesa

In principle, the “buena mesa” places were places with a normal kitchen, where dishes that were usually made at home were prepared. Naturally, the pretension of the restaurants was that these dishes were somewhat better. And so a series of restaurants were born where it was possible to taste the traditional cuisine of our mothers, grandmothers and great-grandmothers, prepared perhaps with care, professionalism and facilities that did not exist in the domestic environment.

In Spain, for many years (practically until the middle of the 20th century), all restaurants offered these traditional dishes and the distinction came from the type of traditional cuisine they prepared. It was almost always regional cuisine and, for this reason, Basque, Asturian, Catalan or Galician cuisine restaurants became fashionable.

In the 1960s and 1970s, Nouvelle Cuisine appeared in France and New Basque Cuisine in Spain, and in the 1990s, the Kitchen of Liberty. From then on, it was already possible to choose between fine dining restaurants and others that were more creative or that offered international cuisine.

Tradition and innovation, hand in hand

I remember one day talking to Joël Robuchon, one of the great chefs in history, who told me that he was tired of people asking him if he liked traditional cuisine or creative cuisine, French or Italian. He told me: “there are only two types of cuisine, good and bad”. I would add that if the good one is also creative, the better.

Innovation is what moves the world, what makes progress possible. Therefore, while respecting all traditional values, it is essential to encourage and support creativity.

On the other hand, the gastronomy of Spain was less known when its cuisine or its restaurants were only traditional. Today, it has become the first gastronomy and, probably, the first restaurant in the world thanks to creativity, signature cuisine, artist cuisine.

The kitchen of our ancestors

Currently, large cities like Madrid bring together many types of restaurants, whether they are international (Italian, Chinese, Thai, Mexican, Argentine, Peruvian...), creative cuisine restaurants such as Diverxo, Coque or Freixa, and many others.

But, basically, people continue to look for restaurants with good food, those in which quality raw materials predominate and a more or less traditional cuisine is prepared, which guarantees customer satisfaction.

It's great that those recipes and that tradition are still maintained through restaurants that are also family owned and, therefore, respect what we have inherited throughout the history of our families and our ancestors.

Buena Mesa Restaurants Association

*When, in 1969, a group of friends started the creation of an association of fans of good food -which was legally constituted in 1972-, the name we chose, at the proposal of Joaquín Calvo Sotelo, was the **Buena Mesa Brotherhood**.*

At that time, an association was also created that still maintains the same spirit with which it was founded: maintaining tradition, family and good work.

I want to congratulate the of Buena Mesa Restaurants Association and its President, Adolfo Muñoz. In particular, for its Morrofino magazine, which is making known and allowing all the values that our traditional cuisine has to be preserved, the one that our mothers, grandmothers and great-grandmothers have elaborated in each region of Spain along the history

*It is an honor for me to be able to collaborate in this issue of Morrofino that is going to be published on the occasion of the **Family Chapter of the Buena Mesa Restaurants**, in Murcia.*

My congratulations, with the illusion and hope that, in another 50 years, we Spaniards will be able to continue going to fine dining restaurants to enjoy our traditional cuisine and, of course, creative cuisine. In the end, the important thing is that both are good, that they respect the raw material and that they are healthy, caring and sustainable, as well as satisfying.



Rafael Ansón

President of the Real Academia de Gastronomía

RESTAURANTES DE BUENA MESA | BUENA MESA RESTAURANTS



REGIÓN DE MURCIA

XLVIII Capítulo Familiar | XLVIII Family Chapter

La Región de Murcia ha sido la sede del 48º congreso anual de la Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España, la primera agrupación nacional de restaurantes.

The Region of Murcia has been the venue for the 48th annual congress of the Buena Mesa España Restaurants Association, the first national group of restaurants.

MORRIS







“Familia, Tradición y Buen Hacer” es el lema de los Buena Mesa, los restaurantes que promueven la gastronomía española y los valores más nobles de su complicado oficio. Formada exclusivamente por restaurantes fundados y gestionados por familias de larga tradición, son los verdaderos decanos de la hostelería en cada provincia. Muchos de ellos son ya terceras o incluso cuartas generaciones que trabajan día a día para preservar y divulgar la mejor tradición actualizada. Su reunión anual se celebra de año en año en diferentes lugares de la geografía española. Tras 47 ediciones, y casi 2 años de pandemia, este 2022 ha sido el turno de la Región de Murcia, que les han acogido con los brazos abiertos y una repleta agenda plagada de actividades y de actos institucionales y culturales.

.....

“Family, Tradition and Good Work” is the motto of the Buena Mesa, the restaurants that promote Spanish gastronomy and the noblest values of their complicated trade. Formed exclusively by restaurants founded and managed by families with a long tradition, they are the true deans of the hotel industry in each province. Many of them are already third or even fourth generations who work every day to preserve and spread the best updated tradition. Its annual meeting is held from year to year in different parts of the Spanish geography. After 47 editions, and almost 2 years of pandemic, this 2022 has been the turn of the Region of Murcia, which has welcomed them with open arms and a packed agenda full of activities and institutional and cultural events.

50 AÑOS DE HISTORIA

La Región de Murcia ha sido la sede del 48º congreso anual de la Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España, la primera agrupación nacional de restaurantes que ha cumplido su medio centenario. Con los Restaurantes El Churra y Venezuela como anfitriones, los pasados 13, 14 y 15 de Marzo, los restauradores decanos de la gastronomía española se encontraron para intercambiar experiencias y conocer las excelencias de la Región de Murcia.

PRIMERA JORNADA EN LA CAPITAL

Cada año, más de 200.000 turistas eligen esta ciudad por su cultura, tradición e incuestionable riqueza gastronómica. Una gastronomía abierta que se vive en sus barras y en las calles y plazas, donde las tapas y los encuentros forman parte del día a día de su ciudadanía. La primera jornada del Capítulo se desarrolló íntegramente en la ciudad, con la tradicional Misa en la Iglesia de San Lorenzo y posterior visita al Ayuntamiento de Murcia, donde fueron recibidos calurosamente por el Vicealcalde Excmo. Sr. D. Mario Gómez, quien fue distinguido con el Collar de la Asociación. Más tarde, pudieron conocer a pie las arterias centrales de la ciudad como son Trapería y Platería, vistando el Real Casino de Murcia (1847) de singular belleza y con extraordinario estado de conservación. Su biblioteca y salón de armas despertaron gran interés.

La Plaza del Romea fue el lugar elegido para un ágape donde se probaron algunas especialidades regionales. Asistieron numerosos medios de comunicación de prensa, radio y audiovisuales que brindaron amplia cobertura. El almuerzo tuvo lugar más tarde en Los Molinos del Río junto al Río Segura que atraviesa la capital y origen de su afamada Huerta Murciana.

PROYECCIÓN GASTRONÓMICA

Nada menos que 13 restaurantes participaron en la elaboración de las propuestas más frescas e innovadoras, la nueva savia de la gastronomía de la Región. Establecimientos como Taulla, Alma Mater, Local de Ensayo, Perro Limón, Keki, Por Herencia, Borrego, El Mosqui, con la presencia de Sergio de la Orden, De Loreto, El Refugio, Veneficus, La Maita-El Albero y el anfitrión El Churra.

50 YEARS OF HISTORY

The Region of Murcia has been the venue for the 48th annual congress of the Association of Restaurants of Buena Mesa Spain, the first national group of restaurants that has celebrated its fifty-year anniversary. With El Churra and Venezuela Restaurants as hosts, on March 13, 14 and 15, the leading restaurateurs of Spanish gastronomy met to exchange experiences and learn about the excellence of the Region of Murcia.

FIRST DAY IN THE CAPITAL

Every year, more than 200,000 tourists choose this city for its culture, tradition and unquestionable gastronomic wealth. An open gastronomy that is lived in its bars and in the streets and squares, where tapas and meetings are part of the daily life of its citizens. The first day of the Chapter took place entirely in the city, with the traditional Mass in the Church of San Lorenzo and a subsequent visit to the Murcia City Hall, where they were warmly received by the Vice Mayor, Hon. Mr. D. Mario Gómez, who was distinguished with the Collar of the Association.

Later, they were able to get to know the central arteries of the city on foot, such as Trapería and Platería, visiting the Royal Casino of Murcia (1847) of singular beauty and in an extraordinary state of conservation. Its library and hall of arms aroused great interest.

The Plaza del Romea was the place chosen for an agape where some regional specialties were tasted. Numerous press, radio and audiovisual media attended, providing extensive coverage. Lunch took place later in Los Molinos del Río next to the Segura River that crosses the capital and origin of its famous Murcian Huerta.

GASTRONOMIC PROJECTION

No less than 13 restaurants participated in the preparation of the freshest and most innovative proposals, the new lifeblood of the Region's gastronomy. Establishments such as Taulla, Alma Mater, Rehearsal Hall, Perro Limón, Keki, Por Herencia, Borrego, El Mosqui, with the presence of Sergio de la Orden, De Loreto, El Refugio, Veneficus, La Maita-El Albero and host El Churra.



ODISEO CENTRO DE OCIO

La noche del lunes fue el momento más lúdico y desenfadado del Capítulo Familiar. Los asistentes se encontraron en Odiseo, uno de los centros de ocio más impresionantes de Europa. La desenfadada y irreverente cena-espectáculo “Periplo” fue una muestra de la profesionalidad de entregados artistas y de un servicio y tecnología de instalaciones de primer nivel.

ESTRELLA DE LEVANTE

El martes, ya última jornada, se produjo la visita a la fábrica de la cerveza original de la Región. La lager Estrella de Levante es una cerveza originaria de 1963 con sede en la pedanía murciana de Espinardo. Se trata de una cerveza muy apreciada por los más cerveceros. En nariz, es intensa destacando los aromas herbales, acompañados por toques cítricos. En boca, sus notas a malta están perfectamente equilibradas con el amargor del lúpulo proporcionándole un final eminentemente refrescante.

ALMUERZO EN EL MAR MENOR

El Restaurante Venezuela de Lo Pagán, en San Pedro del Pinatar, ofreció un delicioso menú marinero con unos productos muy seleccionados y un altísimo servicio profesional, que son valores de su firma de restauración. Típicos salazones de la zona de Ricardo Fuentes, Marineras, Caballitos, y otras delicias precedieron al tradicional Caldero del Mar Menor. El evento contó con la asistencia de la Doña Visitación Martínez, alcaldesa del Excmo. Ayuntamiento de San Pedro del Pinatar, a quien se le impuso el Broche de Buena Mesa y del Delegado de Presidencia, Turismo, Cultura y Deporte, D. Marcos Ortuño, a quien se le impuso el Collar de Buena Mesa.

CENA DE GALA

El Portón de la Condesa acogió el evento más formal del Capítulo, con la presencia del Excmo. Sr. Alcalde del Excmo. Ayuntamiento de Murcia D. Antonio Serrano Martínez que recibió de manos del Presidente D. Adolfo Muñoz el Collar de Buena Mesa. Asimismo se hizo entrega de la Insignia de Buena Mesa a D. Jesús Jiménez, Presidente de Hostelería de Murcia, por la labor que viene desarrollando.

ODISEO LEISURE CENTER

Monday night was the most playful and carefree moment of the Family Chapter. The attendees met at Odiseo, one of the most impressive leisure centers in Europe. The carefree and irreverent dinner-show “Periplo” was a sample of the professionalism of dedicated artists and first-class service and technology of installations.

ESTRELLA DE LEVANTE

On Tuesday, and last day, there was a visit to the original beer factory in the region. The Estrella de Levante lager is a beer originally from 1963 based in the Murcian district of Espinardo. It is a beer highly appreciated by the most brewers. On the nose, it is intense, highlighting the herbal aromas, accompanied by citrus touches. On the palate, its malt notes are perfectly balanced with the bitterness of the hops, providing an eminently refreshing finish.

LUNCH IN THE MAR MENOR

The Lo Pagán Venezuela Restaurant, in San Pedro del Pinatar, offered a delicious seafood menu with highly selected products and a very high professional service, which are values of its restaurant firm. Typical salted fish from the Ricardo Fuentes area, Marineras, Caballitos, and other delicacies preceded the traditional Caldero del Mar Menor. The event was attended by Doña Visitación Martínez, mayor of the Hon. City Council of San Pedro del Pinatar, who was awarded the Good Table Brooch and the Delegate of the Presidency, Tourism, Culture and Sports, Mr. Marcos Ortuño, who was awarded the Buena Mesa Necklace.

GALA DINNER

The Portón de la Condesa hosted the most formal event of the Chapter, with the presence of Hon. Mr. Mayor of the Hon. Murcia City Council Mr. Antonio Serrano Martínez who received the Good Table Necklace from the hands of the President Mr. Adolfo Muñoz. Likewise, the Buena Mesa Badge was delivered to D. Jesús Jiménez, President of Hospitality of Murcia, for the work that he has been developing.





En la cena informal de recepción se pudieron degustar los cavas de Juvé&Camps, el Jamón Ibérico de Bellota Beher. El Restaurante El Churra sirvió una extraordinaria cena cóctel, llena de pura gastronomía murciana. El Presidente D. Adolfo Muñoz nombró a los nuevos miembros con la presentación de la periodista Mar Romero.

.....
At the informal reception dinner it was possible to taste the Juvé&Camps cava, the Iberico Ham de Bellota Beher. El Churra Restaurant served an extraordinary cocktail dinner, full of pure Murcian gastronomy. President Adolfo Muñoz appointed the new members with the introduction of the journalist Mar Romero.







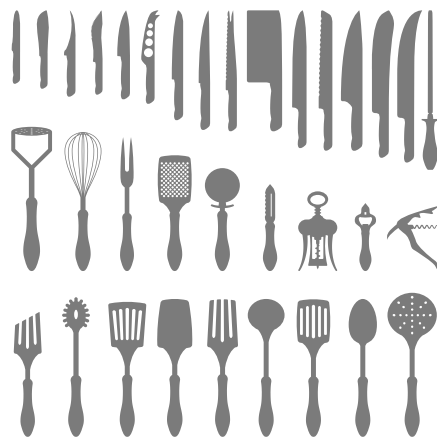
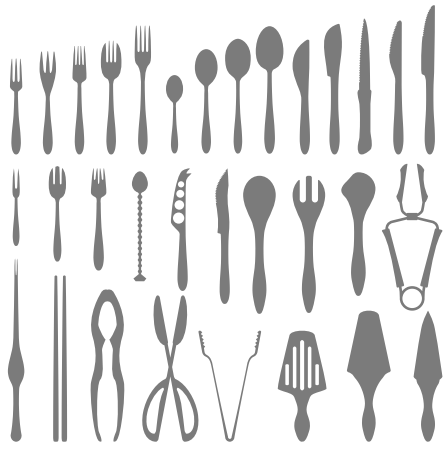


Se produjeron numerosos entrañables reencuentros, abrazos y gran cariño entre los Asociados y se brindó una calurosa bienvenida a de los Restaurantes El Tonel, Sacromonte, Cuevas del Vino, El Espigón y Biosfera.

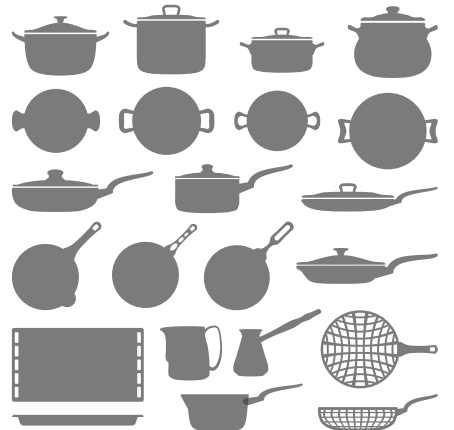
.....
There were numerous endearing reunions, hugs and great affection among the Associates and a warm welcome was given to El Tonel, Sacromonte, Cuevas del Vino, El Espigón and Biosfera Restaurants.







Si existe, LO TENEMOS.



SERHOTEL | Suministros Especiales para Hostelería

CATÁLOGO ONLINE:

www.suministros hosteleros-serhotel.com

info@suministros hosteleros-serhotel.com

Tel. 691 869 694 | 02640 Almansa

Patrocinador Oficial de la Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España





En el salón principal del Ayuntamiento de Murcia, el vicecalde Excmo. Sr. D. Mario Gómez, quien fue distinguido con el Collar de la Asociación.
.....
In the main hall of the City of Murcia, the Vice Mayor Hon. Mr. D. Mario Gómez, who was distinguished with the necklace of the Association.





El edificio del Ayuntamiento de la ciudad de Murcia o Casa Consistorial se encuentra ubicado en la Plaza de la Glorieta, frente al cauce del río Segura. Es un inmueble del siglo XIX, de estilo neoclásico.

The building of the Town Hall of the city of Murcia or Casa Consistorial is located in the Plaza de la Glorieta, in front of the Segura riverbed. It is a 19th century neoclassical building.



¿Podemos curar al mundo?

Recuerdo en los años 80, una viñeta donde Mafalda, el querido personaje del gran caricaturista argentino Quino, metía una bola del mundo en su cama y la arropaba con la sábana intentando ponerle un termómetro. Al preguntarle su padre por qué hacía eso, ella contestaba: “Papá, el mundo está enfermo”.

Cuarenta años después, la mitad del mundo sigue enfermo de odio y de ansias de poder y la otra mitad vive indefensa y preocupada ante la mucha demanda y poca oferta de materiales y productos. Como ejemplo, la falta de un solo componente durante la pandemia paró la producción de fábricas enteras de autos o de electrodomésticos. “La escasez que vivimos es solo un aviso de lo que vendrá si no conseguimos cambiar el modelo económico”, advertían los expertos.

La crisis energética, los atascos en las cadenas de suministro, el cierre de fábricas por la falta de recursos... todo esto nos hizo pensar que viviríamos serios problemas de abastecimiento en un futuro no muy lejano, pero no se nos ocurrió nunca lo que iba a venir sin haber salido del todo de esta crisis sanitaria y con ganas de vivir los “nuevos locos años 20 “ de mi anterior artículo: contemplar horrorizados una guerra que amenaza con desestabilizar el mundo como lo conocíamos hasta ahora.

Y a una gran parte de este globo terráqueo sigue preocupándole el alto precio de los combustibles fósiles y de la electricidad, la escasez del aluminio o el aceite de girasol, la subida de los precios y la estabilidad económica, mientras la negociación entre Rusia y Ucrania avanza entre bombardeos y hay millones de exiliados en lo que significa el éxodo más brutal y masivo desde el fin de la Segunda Guerra Mundial, sin conseguir cambiar algunos modelos políticos. Cualquier niño ucraniano pensará hoy como Mafalda que el mundo está enfermo. ¿Podemos curar al mundo para quienes representan el futuro de nuestra era o el inicio de una nueva?.

Algunos piensan que el acuerdo para la paz en Ucrania podría estar más cerca que nunca. Ojalá que podamos hablar de esa paz en el próximo número de esta revista y entonces me dará menos pudor hablar de alta gastronomía. Ahora es difícil, cuando parte de nuestro mundo más cercano empieza a morirse de hambre y necesidad.

Can we heal the world?

I remember in the 80s, a vignette where Mafalda, the beloved character of the great Argentine cartoonist Quino, put a globe of the world in his bed and covered it with the sheet trying to put a thermometer on it. When asked by her father why he did that, she replied: "Dad, the world is sick."

Forty years later, half of the world is still sick with hatred and the desire for power and the other half lives helpless and worried about the high demand and low supply of materials and products. As an example, the lack of a single component during the pandemic stopped the production of entire car or appliance factories. "The scarcity we are experiencing is just a warning of what will come if we fail to change the economic model," the experts warned.

The energy crisis, the blockages in the supply chains, the closure of factories due to lack of resources... all this made us think that we would experience serious supply problems in the not too distant future, but it never occurred to us what was going to happen. to come without having completely come out of this health crisis and with the desire to live the "roaring new 20s" of my previous article: to contemplate in horror a war that threatens to destabilize the world as we knew it until now.

And a large part of this globe continues to worry about the high price of fossil fuels and electricity, the shortage of aluminum or sunflower oil, the rise in prices and economic stability, while the negotiation between Russia and Ukraine It advances between bombings and there are millions of exiles in what means the most brutal and massive exodus since the end of the Second World War, without managing to change some political models. Any Ukrainian child today will think like Mafalda that the world is sick. Can we heal the world for those who represent the future of our age or the beginning of a new one?

Some think that the agreement for peace in Ukraine could be closer than ever. Hopefully we can talk about that peace in the next issue of this magazine and then I will feel less embarrassed to talk about haute cuisine. Now it is difficult, when part of our closest world begins to die of hunger and need.



Mar Romero



El pastel de carne murciano es salado y se caracteriza por un prodigioso hojaldre en espiral en la parte superior y masa quebrada como base.

Murcian meatloaf is savory and is characterized by a prodigious spiral puff pastry on top and shortcrust pastry as a base.





Asistieron numerosos medios de comunicación de prensa, radio y audiovisuales que brindaron amplia cobertura.

Numerous press, radio and audiovisual media attended, providing extensive coverage.





La irreverente cena-espectáculo “Periplo” en Odiseo fue un éxito y el momento más desenfadado del Capítulo Familiar.

The irreverent dinner-show “Periplo” at Odiseo was a success and the most informal moment of the Family Chapter.





El Restaurante Venezuela de Lo Pagán, en San Pedro del Pinatar, ofreció un delicioso menú marinero con unos productos muy seleccionados y un altísimo servicio profesional, que son valores de su firma de restauración.

The Lo Pagán Venezuela Restaurant, in San Pedro del Pinatar, offered a delicious seafood menu with highly selected products and a very high professional service, which are values of its restaurant firm.





El Excmo. Sr. Alcalde del Excmo. Ayuntamiento de Murcia D. Antonio Serrano Martínez fue recibido por el Presidente D. Adolfo Muñoz
.....
The Hon. Mr. Mayor of the Hon. Murcia City Council Mr. Antonio Serrano Martínez was received by the President Mr. Adolfo Muñoz





Valladolid 2023 fue nombrada próxima sede con Restaurante Parrilla Vinotinto como anfitrión.

Valladolid 2023 was named the next venue with Restaurante Parrilla Vinotinto as host.





El papel de las mujeres restuaradoras de Buena Mesa ha sido muy señalado en el XLVIII Capítulo Familiar.

The role of the women restuarors of Buena Mesa has been very pointed out in the XLVIII Family Chapter.





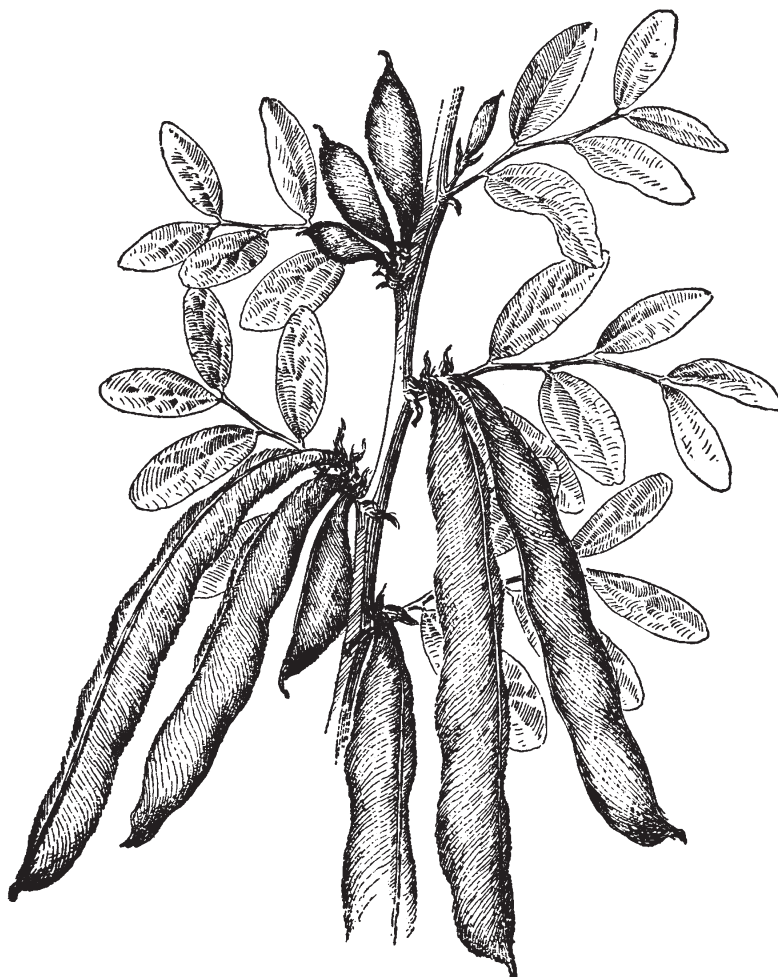
Los restaurantes El Churra y Venezuela recibieron las felicitaciones por el inolvidable Capítulo.

.....
El Churra and Venezuela restaurants received congratulations for the unforgettable Chapter.



MORROFINO





HABAS TIERNAS | BROAD BEANS

Su llegada nos anuncia siempre la inminente primavera.
Su vaina es perfectamente comestible, aunque raramente aprovechada en cocina.
En su interior se encuentran los tesoros que prometen grandes platos.

*Its arrival always announces the imminent spring.
Its pod is perfectly edible, although rarely used in cooking.
Inside you will find the treasures that promise great dishes.*

Sabor | Flavour

Tan exquisitas como saludables, presentan un sabor dulce y ligeramente amargo.
As delicious as they are healthy, they have a sweet and slightly bitter taste.

Estación | Season

De temporada muy corta, pero la encontramos todo el año congelada o en conservas al natural.
Very short season, but we find it all year round frozen or in natural preserves.

Preparación | Cooking Methods

Las habas más pequeñas se pueden pelar directamente, las grandes necesitarán un escaldado.
The smaller beans can be peeled directly, the larger ones will need blanching.

Combinaciones | Flavour Affinities

Con alcachofas o guisantes. Deliciosas en arroces huertanos o en ensalada. Con ajo o jamón.
With artichokes or peas. Delicious in orchard rice or in a salad. With garlic or ham.

Maridaje | Pairing

Difícil por sus sabores metálicos, Jerez (Finos o Manzanillas), o espumosos blancos secos.
Difficult due to its metallic flavors, Sherry (Finos or Manzanilla), or sparkling dry whites.

El haba es una planta herbácea de la familia de las fabáceas o leguminosas cuyas semillas crecen en el interior de una vaina. Comparte por tanto familia con las legumbres, pero, en su versión fresca o tierna, se considera más una verdura, a efectos nutricionales y también prácticos. Es un caso similar al guisante fresco. Cultivadas principalmente en Andalucía, Alicante, Región de Murcia y Navarra, es una planta que se desarrolla durante el invierno. Resiste bien las heladas pero prefiere las temperaturas templadas. No es raro encontrar las primeras en los mercados ya desde el mes de febrero.

Esta legumbre-verdura apenas aporta unas 55 kcal por 100 g y prácticamente no tiene grasas. Destaca por su contenido en proteínas vegetales, fibra y vitaminas A y C, además es una buena fuente de minerales como potasio, con un bajo aporte de hidratos de carbono.

The broad bean is a herbaceous plant of the Fabaceae or legume family whose seeds grow inside a pod. It therefore shares a family with legumes, but, in its fresh or tender version, it is considered more of a vegetable, both for nutritional and practical purposes. It is a similar case to fresh pea. Cultivated mainly in Andalusia, Alicante, Region of Murcia and Navarra, it is a plant that develops during the winter. It resists frost well but prefers temperate temperatures. It is not uncommon to find the first ones on the markets as early as February.

This legume-vegetable barely provides about 55 kcal per 100 g and has practically no fat. It stands out for its content in vegetable proteins, fiber and vitamins A and C, it is also a good source of minerals such as potassium, with a low intake of carbohydrates.

MORROFINO





.....

Silvered Roosterfish with Mashed Broad Beans and Sautéed Vegetables

*Restaurant El Faro del Puerto,
Puerto de Santa María, Cádiz.
Chef: Fernando Córdoba Serrano.*

Gallo Plateado con Puré de Habas y Verduras Salteadas

Restaurante El Faro del Puerto, Puerto
de Santa María, Cádiz.

Chef: Fernando Córdoba Serrano.

.....



Ingredientes: 2 gallos plateados, 2 kg de habas frescas, 1 cebolleta fresca, caldo de jamón de Jabugo, hierbabuena, verduras salteadas: kale, tirabeques y zanahorias, aceite de oliva virgen extra, soja clara y zumo de limón.

Elaboración: Elaboramos el puré de habas con aceite de oliva y hierbabuena. Seguidamente, cortamos y salteamos las verduras frescas y las colocamos en el centro del plato. En una sartén, cocinamos los filetes de gallo, añadiéndole unas gotas de soja clara y zumo de limón. Pelamos unas habas y saltearlas junto con la cebolleta fresca.

Presentación: Situamos el pescado sobre las verduras salteadas, añadimos unas gotas de puré de habas y repartimos el resto de las habas alrededor del plato.

Ingredients: 2 silver roosters, 2 kg of fresh broad beans, 1 fresh spring onion, Jabugo ham broth, mint, sautéed vegetables: kale, snow peas and carrots, extra virgin olive oil, light soybeans and lemon juice.

Procedure: We make the broad bean puree with olive oil and mint. Next, we cut and sauté the fresh vegetables and place them in the center of the plate. In a frying pan, we cook the rooster fillets, adding a few drops of clear soy and lemon juice. Peel some broad beans and sauté them together with the fresh spring onion.

To serve: Place the fish on top of the sautéed vegetables, add a few drops of mashed broad beans and distribute the rest of the broad beans around the plate.

.....

.....

Guiso de Habas con Jamón

Restaurante La Orza, Toledo.

Ingredientes: 5 kg pez mantequilla, 850 gr Tsuyu no moto, 100 gr AOVE, 400 gr de papada ibérica, 300 gr de jamón, c/s pimentón, 5 cabezas de ajo, 1 huevo por plato, 1 kg de garbanzos, c/s cebolino, pan de masa madre.

Elaboración: Pez Mantequilla: Ponemos el pez mantequilla en una olla con 4 cabezas de ajo en crudo, cubrimos de agua con 18l y dejamos reducir hasta la mitad. Sacamos el pez mantequilla y ajos. Clarificamos. Una vez ya limpio el caldo se reduce hasta quedarnos con 6 litros. Posteriormente añadimos Tsuyu no moto 870 gr a los 6 litros. Sopa castellana: 100 gr de aceite, 1 cabeza de ajo en láminas,

Broad Bean Stew with Ham

Restaurant La Orza, Toledo.

Ingredients: 5 kg butter fish, 850 gr Tsuyu no moto, 100 gr EVOO, 400 gr of Iberian pork jowls, 300 gr of ham, c/s paprika, 5 heads of garlic, 1 egg per plate, 1 kg of garbanzos, c/s chives, sourdough bread.

Procedure: Butterfish: Put the butterfish in a pot with 4 heads of raw garlic, cover with 18l of water and let it reduce by half. We remove the butter fish and garlic. We clarify. Once the broth is clean, it is reduced until we are left with 6 litres. Later we added Tsuyu no moto 870 gr to the 6 litres. Castilian soup: 100 g of oil, 1 sliced head of garlic, 400 g of Iberian jowls,



400 gr de papada ibérica, 300 gr de jamón, C/S de pimentón y 2l de consomé de pez mantequilla. Añadimos el ajo en láminas con el aceite frío, calentamos hasta dorarlo. Picamos la papada y añadimos, dejamos que se tueste. A continuación añadimos el jamón en dados y dejamos que se suelta la grasa y se dore. Retiramos del fuego y añadimos el pimentón. Por último añadimos el consomé de pez mantequilla. Huevo a baja temperatura: Elaboramos el huevo al horno a baja temperatura durante 15 min a 85 grados. Aire de legumbres: Dejamos garbanzos en remojo un día antes. Añadimos a 1 kg de garbanzos por 3 litros de agua. Dejamos cocer y aprovechamos el agua de la cocción. Con esta agua elaboramos el aire de garbanzo, montándolo hasta que tenga una textura aérea. Habas: desgranadas, escaldamos en agua hirviendo durante 3 min y luego pasamos a agua-hielo para cortar cocción. Cebollino: lo cortamos. Pan de masa madre frito en AOVE y pasamos 3 veces por papel para quitar el exceso del mismo.
Tiempos de ejecución: Pez mantequilla: 8 horas Sopa: 1 hora Huevo: 15 min. Aire legumbre: 50 min Habas: 15 min. Pan masa madre: 10 min.

*300 g of ham, C/S of paprika and 2l of butterfish consommé Add the sliced garlic with the cold oil, heat until brown it Chop the jowls and add, let it roast. Then add the diced ham and let the fat release and brown. Remove from the heat and add the paprika. Finally we add the butterfish consommé. Egg at low temperature: We prepare the egg in the oven at low temperature for 15 min at 85 degrees. Air of legumes: We leave chickpeas to soak a day before. We add 1 kg of chickpeas per 3 liters of water. Let it cook and take advantage of the cooking water. With this water we make the chickpea air, assembling it until it has an aerial texture. Broad beans: shell, blanch in boiling water for 3 minutes and then transfer to ice-water to stop cooking. Chives: we cut it. Sourdough bread fried in EVOO and passed 3 times through paper to remove excess.
Run times: Butterfish: 8 hours Soup: 1 hour Egg: 15 min. Air legume: 50 min Broad beans: 15 min. Sourdough bread: 10 min.*

.....

Habas de temporada con Mollejas de Cordero y Ravioli de Papada Ibérica con Yema de Huevo macerada

Restaurante Manolo Mayo, Los Palacios y Vilafranca, Sevilla.

.....

Seasonal Broad Beans with Lamb Sweetbreads and Iberian Jowl Ravioli with macerated Egg Yolk

Restaurant Manolo Mayo, Los Palacios y Vilafranca, Sevilla.



La Región de Murcia y los Restaurantes de Buena Mesa España

Es un gran honor para nuestra Región, recibir a más de 70 restaurantes referentes de la alta gastronomía española, para celebrar su 48 Capítulo Familiar de la Asociación.

La Región de Murcia está preparada para cualquier gran evento, primero por sus propias condiciones naturales, bien sea tierra adentro o en su singular costa mediterránea, donde además de paisajes y hábitat, nos encontramos con una gastronomía autóctona, singular y con una base de productos originarios de nuestra tierra y de nuestro mar.

Quienes nos visitan nada más entrar en nuestra Comunidad, encontrarán la Floración de Cieza es un espectáculo de la naturaleza que tiene lugar cada año los meses de febrero y marzo en las más de 13.000 hectáreas de frutales de hueso. Los millones de flores de melocotones, paraguayos, ciruelas, albaricoques, nectarinas y almendros crean un paisaje único en el mundo. Las diferentes tonalidades de las flores fucsia, blancas y las hojas verdes, hacen que el paisaje parezca una auténtica pintura, con una variedad cromática única en el mundo.

Continuando hacia el interior y ya en Cuaresma, la celebración de la Semana Santa congrega algunas de las principales manifestaciones culturales, artísticas y religiosas de la Región. Están declaradas de Interés Turístico Internacional la Semana Santa de las ciudades de Murcia, Cartagena y Lorca. Teniendo lugar, la salida de la primera procesión en España desde Cartagena, el viernes de Dolores, con el Viacrucis del Socorro, para ceder el paso a Marrajos, Californios y Resucitados en diez días apasionantes. En Murcia la mezcla de lo artístico y lo espiritual lo podemos experimentar en su procesión más característica del Viernes Santos con toda la obra de Salzillo.

En Lorca se disfruta de grandes Desfiles Bíblicos-Pasionales que representan hechos del Antiguo Testamento con carrozas y cuadrigas, con la rivalidad del Paso Blanco y Paso Azul.

Cuando llegamos a una costa con dos mares; Mar Menor y Mediterráneo, sol y playa en nuestra Costa Cálida, desde Aguilas, Litoral de Lorca, Mazarrón, Cartagena Litoral y La Unión, Cabo Palos, La Manga y el Mar Menor hasta San Pedro del Pinatar.

Como complemento a nuestro recorrido turístico terminaremos con algo fundamental en la Asociación y todo aquel que nos visite, nuestra gastronomía regional. La riqueza de la cocina de nuestra Región se basa en una gastronomía muy rica y variada. Debido a los productos propios de la zona, muchos de ellos únicos, como el arroz de Calasparra, pescados y mariscos de los dos mares, salazones, encurtidos, aceites, sales, verduras de la huerta y vinos de las Denominaciones de Origen. Hacen que nuestros extraordinarios cocineros elaboren unos platos singulares como las ensaladas de ahumados, las empanadillas, los embutidos, los arroces, el conejo frito, la dorada del Mar Menor, el caldero, los michirones, el zarangollo, los paparajotes o el pastel de carne entre otros muchos, para deleite de quienes recaen por esta zona de nuestra España.

Nuestra Región recibe y acoge en sus 45 municipios desde el Altiplano, Alto y Bajo Guadalentín, Campo de Cartagena, Huerta de Murcia, Mar Menor y Noroeste, a todos aquellos que nos visitan en cualquier época del año.

The Region of Murcia and the Buena Mesa Restaurants Spain

It is a great honor for our Region to receive more than 70 leading restaurants of Spanish haute cuisine, to celebrate its 48th Family Chapter of the Association.

The Region of Murcia is prepared for any big event, firstly due to its own natural conditions, either inland or on its unique Mediterranean coast, where, in addition to landscapes and habitat, we find a unique, autochthonous gastronomy and a base of products originating from our land and our sea.

Those who visit us as soon as they enter our Community, will find the Flowering of Cieza is a spectacle of nature that takes place every year in February and March in the more than 13,000 hectares of stone fruit trees. The millions of flowers of peaches, Paraguayans, plums, apricots, nectarines and almond trees create a unique landscape in the world. The different shades of fuchsia and white flowers and green leaves make the landscape look like a real painting, with a unique color variety in the world.

Continuing inland and already in Lent, the celebration of Holy Week brings together some of the main cultural, artistic and religious manifestations of the Region. Holy Week in the cities of Murcia, Cartagena and Lorca have been declared of International Tourist Interest. Taking place, the departure of the first procession in Spain from Cartagena, on Friday of Sorrows, with the Viacrucis del Socorro, to give way to Marrajos, Californios and Resurrected in ten exciting days. In Murcia we can experience the mixture of the artistic and the spiritual in its most characteristic Good Friday procession with all of Salzillo's work.

In Lorca you can enjoy great Biblical-Passion Parades that represent events from the Old Testament with floats and chariots, with the rivalry of the Paso Blanco and Paso Azul.

When we reach a coast with two seas; Mar Menor and the Mediterranean, sun and sand on our Costa Cálida, from Águilas, Litoral de Lorca, Mazarrón, Cartagena Litoral and La Unión, Cabo Palos, La Manga and the Mar Menor to San Pedro del Pinatar.

As a complement to our tourist tour, we will finish with something fundamental in the Association and everyone who visits us, our regional gastronomy. The richness of the cuisine of our Region is based on a very rich and varied gastronomy. Due to the products of the area, many of them unique, such as Calasparra rice, fish and shellfish from the two seas, salted fish, pickles, oils, salts, vegetables from the garden and wines from the Denominations of Origin. They make our extraordinary chefs prepare unique dishes such as smoked salads, empanadillas, sausages, rice dishes, fried rabbit, Mar Menor sea bream, cauldron, michirones, zarangollo, paparajotes or meatloaf. among many others, to the delight of those who fall in this area of our Spain.

Our Region receives and welcomes in its 45 municipalities from the Altiplano, Upper and Lower Guadalentín, Campo de Cartagena, Huerta de Murcia, Mar Menor and Northwest, all those who visit us at any time of the year.



Tomás M. Pagán



Ingredientes: habas baby, mollejas de cordero, yema de huevo, aceite de oliva, papada de cerdo Iberico, ajo, vino de Jerez oloroso.

Elaboración: poner la habas con un poco de aceite en bolsa de vacío a 70 grados durante 1 hora. Al emplatar, saltearemos y condimentaremos con sal. Aparte refriremos las mollejas con ajo finamente picado y aceite y glasearemos con un poco de jugo de carne. La yema de huevo la maceraremos con jerez oloroso durante 24 horas, envolviéndola en un velo de papada.
Tiempo de ejecución: 20 minutos.

Ingredients: baby beans, lamb sweetbreads, egg yolk, olive oil. Iberian pork jowls, garlic, odorous sherry wine.
Procedure: put the beans with a little oil in a vacuum bag at 70 degrees for 1 hour. When plating, we will sauté and season with salt. Separately, fry the gizzards with finely chopped garlic and oil and glaze with a little meat juice. We will macerate the egg yolk with fragrant sherry for 24 hours, wrapping it in a veil of jowls.
Run times: 20 minutes.

.....

.....

Corazones de Alcachofa rellenas con Habitas y Crujiente de Jamón

Restaurante Las Tinajas, Granada.
Chef: Miguel Rincón

Ingredientes: 4 alcachofas grandes, 100 gr de habitas frescas, 1 cebolla tierna, 50 gr de jamón de Trévelez, 1 cucharada de maicena express, sal y pimienta blanca molida, aceite de oliva virgen extra.

Elaboración: En primer lugar, coceremos las alcachofas. Para ello, las limpiamos dejando solo el corazón, las cubrimos con aceite de oliva y las salpimentamos. Las ponemos al fuego y cuando veamos que ya están tiernas, le añadimos la maicena express y dejamos ligar. A continuación se apaga el fuego y se reserva.

Para el relleno, picamos la cebolla y la sofreímos en aceite de oliva. Cuando esté tierna, echamos las habitas peladas y dejaremos que cuezan hasta que estén blanditas. Agregamos la mitad del jamón picado y rectificamos la sal. Reservamos.

Artichoke Hearts Stuffed with Broad Beans and Crunchy Ham

Restaurant Las Tinajas, Granada.
Chef: Miguel Rincón.

Ingredients: 4 large artichokes, 100 g of fresh broad beans, 1 spring onion, 50 g of Trévelez ham, 1 tablespoon of express cornstarch, salt and ground white pepper, extra virgin olive oil.

Procedure: First, we will cook the artichokes. To do this, we clean them leaving only the heart, cover them with olive oil and season them with salt and pepper. We put them on the fire and when we see that they are already tender, we add the express cornstarch and let them bind. Then the fire is extinguished and reserved.

For the filling, chop the onion and fry it in olive oil. When it is tender, we add the peeled broad beans and let them cook until they are soft. Add half the chopped ham and rectify the salt. We reserve.



Con la otra mitad del jamón, hacemos el crujiente, cortando el jamón en tiritas finas y friéndolo en aceite de oliva.

Para el montaje, sacamos la alcachofa del caldo, la rellenamos con las habas y cubrimos con la salsa que se hace triturando el caldo de la alcachofa con las hojitas de alcachofa deshojadas en la cocción. Le añadimos el crujiente de jamón por encima y listo.

Tiempo de ejecución: 75 minutos.

With the other half of the ham, we make the crisp, cutting the ham into thin strips and frying it in olive oil.

For the assembly, we take the artichoke out of the broth, fill it with the broad beans and cover it with the sauce that is made by grinding the artichoke broth with the artichoke leaves that have been removed during cooking. We add the crispy ham on top and that's it.

Run time: 20 minutes.

Lomo de Dorada al Oloroso con Habitas y Jamón

Restaurante El Espigón, Sevilla.

Chef: José Carrasco.

Ingredientes: 1 lomo de dorada, harina, copa de oloroso, habitas y jamón.

Elaboración: salpimentamos el lomo de la dorada y la enharinamos. Después la salteamos con ajitos, añadimos la copa de oloroso, reducimos el vino y añadimos las habitas y el jamón. Dejamos que el pescado se haga en 20 minutos.

Tiempo de ejecución: 20 minutos.

Loin of Dorada al Oloroso with Broad Beans and Ham

Restaurant El Espigón, Sevilla.

Chef: José Carrasco.

Ingredients: 1 loin of sea bream, flour, glass of Oloroso, broad beans and ham.

Procedure: Season the back of the sea bream with salt and pepper and flour it. Then we sauté it with garlic, add the glass of Oloroso, reduce the wine and add the broad beans and ham. We let the fish cook in 20 minutes.

Run time: 20 minutes.

El Amanecer de la Automatización en los Restaurantes

Estamos saliendo de una terrible pandemia que ha transformado para siempre el sector Horeca. Vivimos en una terrible crisis energética que está incrementando los costes de los restaurantes y arrastra los precios de la materia prima. Conflictos bélicos cercanos crean inseguridad en nuestra economía...

Por si fuera poco “La Gran Renuncia Laboral” ya nos sorprendió en 2021 y es un hecho que nos traerá un 2022 peor en cuanto a la captación de talento o, simplemente, de “manos” para trabajar. Hay quien dice que no es una gran renuncia, si no simplemente la necesidad de una hostelería comprometida con sus empleados y que ofrezca condiciones dignas. En mi opinión la falta de vocaciones y la enorme crisis para encontrar personal va mucho más allá y, siendo cierta la necesidad de mejorar la gestión de personas en nuestro sector, no lo es menos que la sociedad ha cambiado mucho y que las necesidades laborales no se ajustan ya solo a un salario o un horario.

Los costes suben, cuesta (mucho) encontrar personal y los clientes son cada vez más exigentes y volubles. La generación que ahora domina (dominamos) el consumo, a caballo entre lo digital y lo analógico, pronto entonará cantos de sirena y ya no será la generación líder moviendo el dinero. La nueva generación referente será 100% digital y su forma de consumir consolidará las tendencias de hoy.

Nuevos conceptos de negocio están a la vuelta de la esquina y la omnicanalidad es la estrella de la Hostelería en 2022. La digitalización es ya cosa del pasado (perdonen que insista: Del pasado), el restaurante independiente o cadena que no esté digitalizado al 100% está muerto YA. Ahora el reto es la automatización de procesos en sala y cocina. La robótica y el uso de robots colaborativos (Cobots) es una gran oportunidad para muchos y muchas hosteleras de mejorar sus procesos y la rentabilidad de sus negocios... Y tiene premio: automatizar procesos permite dar más valor a las personas de nuestras organizaciones. Y el valor no es solo un eufemismo: mejores condiciones, mejor salario.

Empecemos a automatizar la hostelería. Nosotros ya hemos asumido el reto y hemos creado www.congustorobotica.com para ayudar a los restaurantes que quieran dar el paso adelante y mirar a 2022 con menos dudas.

The Dawn of Automation in Restaurants

We are coming out of a terrible pandemic that has forever transformed the Horeca sector. We live in a terrible energy crisis that is increasing the costs of restaurants and dragging down the prices of raw materials. Nearby armed conflicts create insecurity in our economy...

As if that were not enough, “The Great Labor Resignation” already surprised us in 2021 and it is a fact that it will bring us a worse 2022 in terms of attracting talent or, simply, “hands” to work. There are those who say that it is not a great resignation, but simply the need for a hospitality industry committed to its employees and that offers decent conditions. In my opinion, the lack of vocations and the enormous crisis to find personnel goes much further and, while the need to improve people management in our sector is true, it is no less true that society has changed a lot and that labor needs are not they adjust only to a salary or a schedule.

Costs are rising, it is (very) difficult to find staff, and customers are becoming more demanding and fickle. The generation that now dominates (we dominate) consumption, halfway between digital and analog, will soon sing siren songs and will no longer be the leading generation moving money. The new benchmark generation will be 100% digital and their way of consuming will consolidate today’s trends.

New business concepts are just around the corner and omnichannel is the star of the Hospitality Industry in 2022. Digitization is already a thing of the past (excuse me for insisting: From the past), the independent restaurant or chain that is not 100% digitized % is dead ALREADY. Now the challenge is the automation of processes in the living room and kitchen. Robotics and the use of collaborative robots (Cobots) is a great opportunity for many hoteliers to improve their processes and the profitability of their businesses... And it has a prize: automating processes allows us to give more value to the people in our organizations. And value is not just a euphemism: better conditions, better pay.

Let’s start automating the hospitality industry. We have already taken on the challenge and have created www.congustorobotica.com to help restaurants that want to take a step forward and look to 2022 with less hesitation.



Manel Morillo

ConGustoConsulting.com
Consulting Partner de Con Gusto Robótica

MUST HAVE



1



2



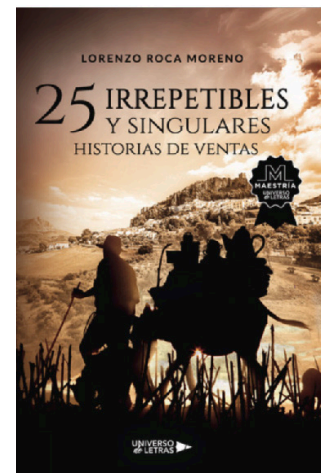
3



4



5



6



7



8

1. Sol Janeiro Brazilian Bum Bum Cream by Sol Janeiro 40€ | 2. Lámpara de mesa "eyeball" restaurada en passeu-passeu.com 85€
 3. Vondom Rest tumbona ecru 2325€ | 4. Rado R21715162 Reloj de Mujer 6500€ | 5. Spring Raclette 6 para 6 personas 199€
 6. 25 irrepetibles y singulares historias de ventas de Lorenzo Roca Moreno en Amazon 19€ | 7. Cxp Boutiques Paraguas Anti-UV A 138€ | 8. Vivobarefoot Gobi II, Zapatos Hombre 160€ | 9. FILIPPIcolomba de pistacho caja 750 g 24,50€ | 10. Extrem Puro Extremadura sobrasada ibérica de bellota con trufa 250 g 19,90€ | 11. Rufino alcachofas enteras confitadas en AOVE 20/22 frutos frasco 1800 g 48€ | 12. Rooftop Smokehouse kimchi coreano 270 g 7€ | 13. Vino tinto Pesquera Millenium Gran Reserva 2015 Ribera del Duero 89,90€ | 14. Cava Juvé&Camps Brut Blanc de Noirs 100% Pinot Noir 29€ | 15. María Andrea 2021 de Bodegas Eduardo Peña 12€ | 16. Cerveza El Águila Sin Filtrar | 17. El Sitio DOP Islas Canarias 100% Malvasia Aromática 28€
 18. Eduardo Peña 2020 14€ | 19. La Raya 2018 Bodegas Palacio Requemado, entre Alentejo y Tierra de Barros 20€

MUST TASTE



9



12



16



13



10



11



14

15



17



18



19

1. Sol Janeiro Brazilian Bum Bum Cream by Sol Janeiro 40€ | 2. Restored "eyeball" table lamp at passeu-passeu.com 85€
 3. Vondom Rest lounge ecrú 2325€ | 4. Rado R21715162 Ladies Watch 6500€ | 5. Spring Raclette for 6 people 199€
 6. 25 Unrepeatable and Unique Sales Stories Lorenzo Roca Moreno on Amazon 19€ | 7. Cxp Boutiques Umbrella 138€
 8. Vivobarefoot Gobi II, Men's Shoes 160€ | 9. FILIPPI Pistachio colomba 750 g 24.50€ | 10. Extrem Puro Extremadura
 acorn-fed Iberian sobrassada with truffle piece 250g 19.90€ | 11. Rufino Candied whole artichokes in extra virgin olive oil
 20/22 fruits flask 1800 g 48€ | 12. Rooftop Smokehouse Korean kimchi jar 270 g 7€ | 13. Red wine Pesquera Millenium
 Gran Reserva 2015 Ribera del Duero 89.90€ | 14. Cava Juvé&Camps Brut Blanc de Noirs 100% Pinot Noir 29€ | 15. María
 Andrea 2021 Bodegas Eduardo Peña 12€ | 16. Unfiltered El Águila Beer | 17. El Sitio Malvasia D.O. Canary Islands 19€
 18. Eduardo Peña 2020 14€ | 19. La Raya 2018 Bodegas Palacio Requemado, Alentejo and Tierra de Barros 20 €

Barcelona, destino gastronómico

Menús más cortos (y coherentes), producto local, una tendencia a renunciar al emplatado pomposo y un oficio que es más oficio que fuegos de artificio. Un poco más de verdad y un mucho menos de postureo. Una nueva generación que entiende la sala, la cocina y la oficina como un nuevo tablero de juego, con nuevas normas y jugadores.

Barcelona está re-inventándose y recupera la barra de inox, las sillas de fórmica y los individuales de papel. Hay una cierta necesidad de darle la espalda a la frivolidad e inventar la nueva gastronomía a partir del producto y la amabilidad. Huele a autenticidad y sabe a identidad.

La ciudad se levanta despacito, herida por años de desgaste. Con la camiseta de “uno de los mejores destinos gastronómicos” hecha añicos, pero ceñida al torso. Con la memoria de los que la convirtieron en una peregrinación obligada para los foodies del mundo mundial y también de los que, a base de tataki de colores y paellas en oferta para guiris, la vendieron barata. Con el vacío del presente, en el que va creciendo un ruido amable, serio y decidido de toda una nueva hornada de empresarios gastronómicos.

Como destino turístico, Barcelona necesita un tejido de actividad gastronómica atractivo, diferencial y poderoso. Precisa de una alianza estratégica y un compromiso conjunto. De un ejercicio de autoestima en el que ponerse delante del espejo, reconocerse y canalizar cierta ira acumulada que el desgaste de los últimos años – que por A, por B y por la pandemia – ha generado, en una transformación creativa que devuelva al destino la luz añorada.

Mientras transicionamos (deseo que con éxito) de un modelo turístico masificado – que en demasiadas ocasiones aporta poca valía a la comunidad anfitriona y genera un estrés de consecuencias nefastas – a un destino capaz de atraer a un visitante de valor (aquel cuyo gasto impacta directamente en la comunidad, genera una reputación positiva y una fidelidad transgeneracional), pongo velas en Santa María del Mar para que iluminen a todos los gastro-emprendedores post-pandemia y les inspiren en modelos que nos permitan tener una oferta diversa, de calidad y excelencia.

Un catálogo gastronómico que ofrecer al mundo y que, de nuevo y junto a todos esos atractivos imbatibles que tiene la ciudad – porque Barcelona es la ciudad de las mil maravillas – le permita posicionarse de nuevo como un destino líder, en un mundo en el que todos, de una forma u otra, hemos ido y estamos cambiando nuestra forma de viajar.

PD: Atentos a Barcelona, la ciudad poderosa, la que tiene poder está de vuelta.

Barcelona, gastronomic destination

Shorter (and more consistent) menus, local produce, a tendency to forego pompous plating, and a trade that's more trade than fireworks. A little more truth and a lot less posturing. A new generation that understands the living room, the kitchen and the office as a new game board, with new rules and players.

Barcelona is reinventing itself and recovering the stainless steel bar, Formica chairs and paper placemats. There is a certain need to turn our backs on frivolity and invent new gastronomy based on product and friendliness. It smells of authenticity and tastes of identity.

The city rises slowly, wounded by years of wear and tear. With the shirt of "one of the best gastronomic destinations" in pieces, but tight to the torso. With the memory of those who made it an obligatory pilgrimage for foodies from all over the world and also those who, based on colored tataki and paellas on offer for foreigners, sold it cheap. With the emptiness of the present, in which a friendly, serious and determined noise is growing from a whole new batch of gastronomic entrepreneurs.

As a tourist destination, Barcelona needs an attractive, differential and powerful network of gastronomic activities. It requires a strategic alliance and a joint commitment. From an exercise of self-esteem in which to stand in front of the mirror, recognize oneself and channel a certain accumulated anger that the wear and tear of recent years - which by A, by B and by the pandemic - has generated, in a creative transformation that returns to destiny the missed light.

As we transition (I hope successfully) from a mass tourism model - which on too many occasions brings little value to the host community and generates stress with dire consequences - to a destination capable of attracting a value visitor (one whose spending directly impacts in the community, generates a positive reputation and transgenerational loyalty), I light candles in Santa María del Mar to illuminate all post-pandemic gastro-entrepreneurs and inspire them in models that allow us to have a diverse, quality and excellent offer .

A gastronomic catalog to offer the world and that, once again and together with all those unbeatable attractions that the city has - because Barcelona is the city of a thousand wonders - allows it to position itself once again as a leading destination, in a world in which all of us, in one way or another, have gone and are changing our way of traveling.

PS: Pay attention to Barcelona, the powerful city, the one with power, is back.



Eva Ballarin

EvaBallarin.com

SÉ PARTE

de la solución
contra la pobreza

¡Hazte de Cáritas!

si quieres ser socio entra en:

www.caritas.es

AYER
HOY
MAÑANA



Guía de Restaurantes
de Buena Mesa España

MORROFINO

Buena Mesa España
Restaurants Guide



Buena Mesa España
ASOCIACIÓN DE RESTAURANTES



RESERVA DE LA FAMILIA.
VITICULTURA ECOLÓGICA

BRUT NATURE
GRAN RESERVA

Juvé & Camps

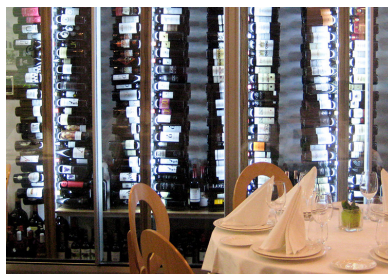
RESERVA DE LA FAMILIA

2015

Botella nº 04061

CAVA

Albacete



ASADOR CONCEPCIÓN

Cocina sofisticada con sabores manchegos.
info@asadorconcepcion.com
 Tel. 967 524 350
 Familia Rosendo
 Concepción, 5.
 02002 Albacete



RESTAURANTE PINCELÍN

Comida autóctona, cocina actual.
pincelin@tvalmansa.es
 Tel. 967 340 007
 Diego y Pedro Blanco
 Las Norias, 10.
 02640 Almansa [Albacete]

Alicante



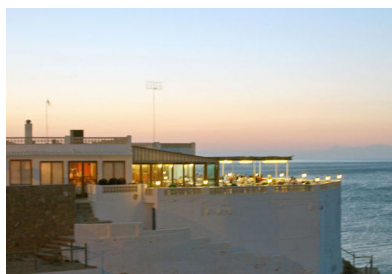
RESTAURANTE FRONTERA

Cocina mediterránea con toques de autor.
info@restaurantefrontera.com
 Tel. 967 365 669
 Antonio y Carmelo Martínez Bleda
 Peñas, 57
 02500 Tobarra
 Albacete



RESTAURANTE BATISTE

Cocina mediterránea.
info@restaurantebatiste.es
 Tel. 965 411 485 | 965 411 186
 José López Fuentes y familia
 Pérez Ojeda, 6
 03130 Santa Pola
 Alicante



RESTAURANTE MENA

Cocina mediterránea.
dangelmena@gmail.com
Tel. 965 780 943
Familia Mena Larrosa
Ctra. Las Rotas, Km. 5.
03700 Denia
Alicante



RESTAURANTE JUAN MORENO

Cocina almeriense actualizada.
info@restaurantejuanmoreno.es
Tel. 950 393 051
Juan Moreno Teruel
Ctra. de Ronda, 3 | 04620 Vera
Almería

Almería



RESTAURANTE TERRAZA CARMONA

Tradicional almeriense, creativa y de mercado.
terrazacarmona@terrazacarmona.com
Tel. 950 390 760
Familia Carmona Baraza
C/ del Mar, 1 | 04620 Vera [Almería]

Asturias



RESTAURANTE REAL BALNEARIO

Cocina tradicional con toques modernos.
info@realbalneario.com
Tel. 985 518 613
Isaac Loya
Av. Juan de Sitges, 3
33405 Salinas, Castrillón [Asturias]



RESTAURANTE EL TONEL

Cocina tradicional con nuevas tendencias.

info@restauranteeltonel.es

Tel. 985 892 359

Familia Cueto

Manuel Álvarez Miranda, 13
33300 Villaviciosa [Asturias]



RESTAURANTE GORRÍA

Cocina vasco-navarra.

info@restaurantegorria.com

Tel. 932 451 164

Javier Gorría

Diputación, 421
08013 Barcelona

Barcelona



RESTAURANTE BOTAFUMEIRO

Cocina mezcla de marinera y mediterránea.

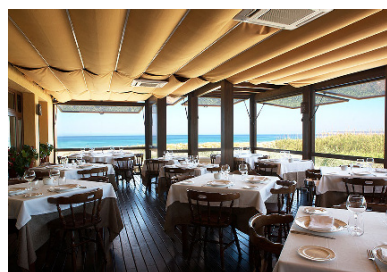
info@botafumeiro.es

Tel. 932 184 230

Moncho Neira

Gran de Gracia, 81
08012 Barcelona

Burgos



RESTAURANTE CASA OJEDA

Cocina castellana actualizada.

ojeda@restauranteojeda.com

Tel. 947 209 052 | 947 206 440

Familia Carcedo Ojeda

C/ Vitoria, 5.
09004 Burgos

Cádiz



RESTAURANTE ANTONIO

Cocina tradicional y de mercado.

info@antoniohoteles.com

Tel. 956 439 542 | 956 439 141

Familia Mota Verdejo

Bahía de la Plata, Atlanterra, Km. 1

11393 Zahara de los Atunes

[Cádiz]



RESTAURANTE EL FARO DEL PUERTO

Cocina tradicional, pescados y carnes.

info@elfarodelpuerto.com

Tel. 956 870 952

Fernando Córdoba Serrano

Av. Fuentebravía, Km. 0,5

11500 Puerto de Santa María [Cádiz]



RESTAURANTE EL FARO DE CÁDIZ

Cocina tradicional, pescados y carnes.

info@elfarodecadiz.com

Tel. 956 211 068

Mayte Córdoba Serrano

San Félix, 15 | 11002 Cádiz



RTE. VENTORRILLO EL CHATO

Cocina tradicional, pescados y carnes.

info@ventorrilloelchato.com

Tel. 956 250 025 | 956 257 116

José Manuel Córdoba Serrano

Vía Augusta Julia, s/n.

Ctra. Cádiz-San Fernando | 11011 Cádiz

Ceuta



RESTAURANTE MESÓN EL COPO

Cocina de mercado.

elcopo@elcopo.es

Tel. 956 677 710 | 956 677 691

Manuel Moreno Rojas

Almadraba, 2.

11379 Palmones, Los Barrios

[Cádiz]



RESTAURANTE EL REFECTORIO

Cocina tradicional mediterránea con ligeros
apuntes de elaboraciones modernas.

info@elrefectorio.es

Tel. 956 513 884

José María y Rafael Carrasco Morón

Poblado Marinero, Local 37

51001 Ceuta

Cantabria



RESTAURANTE BOGA BOGA

Cocina marinera, producto de temporada.

restaurantebogaboga@gmail.com

Tel. 942 710 150

Antonio Gutiérrez Cortabitarte

Pza. Mayor del Fuero, 10

39540 San Vicente de la Barquera | Cantabria

Córdoba



RESTAURANTE EL CABALLO ROJO

Antigua cocina de Córdoba con ciertos
platos mozárabes.

elcaballorojo@elcaballorojo.com

Tel. 957 475 375

José García Marín

Cardenal Herrero, 28 | 14003 Córdoba

Granada



RESTAURANTE EL CHURRASCO

Cocina tradicional cordobesa.
elchurrascope@elchurrascope.com
Tel. 957 290 819
Rafael Carrillo
Romero, 16
14003 Córdoba



RESTAURANTE CHIKITO

Cocina tradicional
andaluza de mercado.
chikito@restaurantechikito.com
Tel. 958 223 364
Familia Oruezábal
Pza. del Campillo, 9
18009 Granada

Gerona



RESTAURANTE DURÁN HOTEL

Cocina catalana de mercado.
duran@hotelduran.com
Tel. 972 501 250
Luis Durán Simón
Lasauca, 5
17600 Figueres [Gerona]



RESTAURANTE OLEUM

Cocina tradicional.
gregoriogarcia@restaurantoleum.com
Tel. 958 295 357
Gregorio García
San Antón, 81
18005 Granada

Guadalajara



RESTAURANTE RUTA DEL VELETA

Cocina creativa con raíces autóctonas.
miguelpedraza@rutadelveleta.com
 Tel. 958 486 134 | 958 481 201
 Miguel y José Pedraza Velázquez
 Ctra. de Sierra Nevada, 136.
 18190 Cenes de la Vega [Granada]



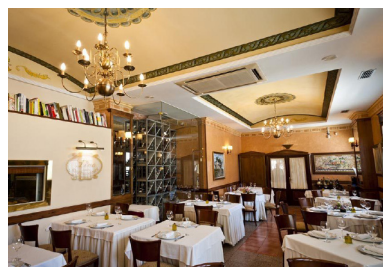
RESTAURANTE BIOSFERA

Cocina de nuestra tierra fusionada
 con los 5 continentes.
biosferaguadalajara@gmail.com
 Tel. 949 894 308 | Carlos Gumiel González
 Cuesta de San Miguel, 5
 19001 Guadalajara



RESTAURANTE LAS TINAJAS

Cocina tradicional andaluza con
 pequeños toques de innovación.
restaurantelastinajas@hotmail.es
 Tel. 958 254 393
 Carlos Nestares y José Álvarez
 Martínez Campos, 17 | 18002 Granada



RESTAURANTE LINO

Alta cocina española.
info@grupolino.com
 Tel. 949 253 845
 Lino de Lucas
 Mario de Lucas
 Vizcondesa de Jorbalán, 10
 19001 Guadalajara

Huelva



RESTAURANTE AZABACHE

Cocina tradicional.

isabache@hotmail.com

beti.huelva@gmail.com

Tel. 959 257 528

Juan Franisco Martín

C/ Vázquez López, 22 | 21001 Huelva

Jaén



RESTAURANTE JUANITO

Cocina tradicional.

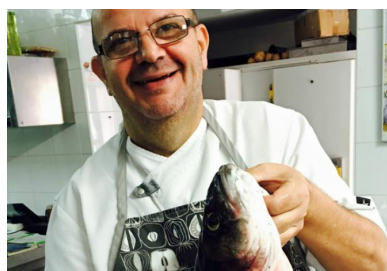
juanito@juanitobaeza.com

Tel. 953 740 040

Familia Salcedo

Paseo Arca del Agua, s/n

23440 Baeza [Jaén]



RESTAURANTE CASA RUFINO

Cocina de mercado y tradicional, adaptada.

jsrufino@restauranterufino.com

Tel. 959 330 810

José Antonio Zaiño Goye

Av. Playa Central, s/n

21410 Isla Cristina [Huelva]

La Coruña



RESTAURANTE O'PARRULO

Cocina tradicional gallega.

info@oparrulo.com

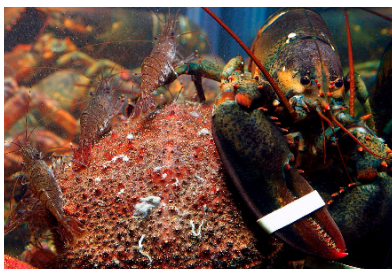
Tel. 981 318 653 | 981 317 403

José Martínez Vidal

Av. de Catabois, 401

15405 Ferrol | La Coruña

Las Palmas de G.C.



RESTAURANTE RIBERA DEL RÍO MIÑO

Cocina gallega.

administracion@riberadelriomino.com

Tel. 928 264 431

Rafael Pulido García y Lydia

Olof Palme, 21 | 35010 Las Palmas [G.Canaria]



RESTAURANTE CASA LUCIO

Cocina castellana y de mercado.

info@casalucio.es

mari@casalucio.es

Tel. 913 653 252 | 913 658 217

Lúcio Blázquez y Familia

Cava Baja, 35 | 28005 Madrid

Madrid



RESTAURANTE AMPARITO ROCA

Cocina moderna de inspiración regional.

cuantanos@amparitoroca.com

Tel. 913 48 33 04

Jesús Velasco Moreno

C/ Juan Bravo, 12 | 28006 Madrid



RESTAURANTE PANAMERA

Cocina actual con fuerza de antaño.

contacto@restaurantepanamera.es

Tel. 689 271 194 | 616 953 494

Jesús López y Axel López

Fernández de la Hoz, 57

28003 Madrid



RESTAURANTE MESÓN CUEVAS DEL VINO

Cocina tradicional. Yajaira García Nieves.
cuevasdelvino@cuevasdelvino.com
Tel. 918 940 206
C. de Benito Hortelano, 13
28370 Chinchón, Madrid



RESTAURANTE SPAIN PUNTO GASTRONÓMICO

Cocina española.
info@la-sacristia.es
Tel. 915 220 945
Valentín Galán
Pza. Pedro Cerolo, 1 | 28004 Madrid



RESTAURANTE PORTONOVO

Cocina atlántica.
portonovo@grupoportonovo.es
Tel. 913 070 173
Calle Aguarón, 7
28023 Madrid



RESTAURANTE LA TRAINERA

Cocina marinera; pescados y mariscos.
Jamón ibérico.
info@latrainera.es
Tel. 915 760 575 | 915 768 035
Juan Miguel García Ferrer
Lagasca, 60 | 28001 Madrid



RESTAURANTE LOS REMOS

Cocina de pescados y mariscos.

info@losremos.es

Tel. 913 077 230 | 913 073 336

Juan Miguel García Ferrer

Ctra. La Coruña, Km. 12,7

28023 Madrid



RESTAURANTE PALACIO DE CIBELES

Cocina creativa, de autor.

palaciodecibeles@adolfo-toledo.com

Tel. 915 231 454

Adolfo Muñoz

Pza. de Cibeles, 1. Planta 6ª | 28014 Madrid

Málaga



RESTAURANTE O'PAZO

Cocina de pescados y mariscos.

opazo@opazo.es

Tel. 915 532 333 | 915 343 748

Evaristo García Gómez

Reina Mercedes, 20

28020 Madrid



MESÓN GALEGO ANTOXO

Cocina gallega: carnes, pescados y mariscos.

antoxo@antoxo.com

Tel. 952 384 533 | 952 371 111

Juan Mariño

Hoyo, 5. 29620 Torremolinos [Málaga]



RESTAURANTE SANTIAGO

Cocina mediterránea.

reservas@restaurantesantiago.com

Tel. 952 770 078

Santiago Domínguez

Av. Duque de Ahumada, 5

29602 Marbella [Málaga]



RESTAURANTE

JOSÉ MARÍA LOS CHURRASCOS

Cocina regional y de mercado.

reservas@loschurrascos.com

Tel. 968 136 028 | 968 136 144

José María Alcaraz Pérez y Josefa Ortas López

Av. Filipinas, 13 | 30366 El Algar, Cartagena

Murcia



RESTAURANTE EL CHURRA

Cocina típica murciana

con toques modernos.

restauranteelchurra@elchurra.net

Tel. 968 238 400

Mariano Nicolás Hernández

Obispo Sancho Dávila, 8 | 30007 Murcia



RESTAURANTE SACROMONTE

Cocina española.

direccion@restaurantesacromonte.com

Tel. 968 535 328

Familia Martínez-Solano

Monte San Juan, 1 | 30394 Cartagena



RESTAURANTE VENEZUELA

Cocina mediterránea.

info@restaurantevenezuela.com

Tel. 968 181 515 | 968 182 021

Fernanda, Sra. de Anastasio Giménez

C/ Campoamor, 1

30740 Lo Pagán [Murcia]



RESTAURANTE SAN REMO

Cocina de abuela con toques de fusión de texturas y sabores.

rsanremo@gmail.com

Tel. 979 712 163

Alberto Villegas Villegas

Av. Brasilia, 2 | 34004 Palencia

Orense



RESTAURANTE A TABERNA

Cocina tradicional actualizada, puesta al día. con toques modernos.

ataberna@gmail.com

Tel. 988 243 332

Fco. Javier Outomuro Castro

Julio Prieto, 32 | 32005 Orense

San Sebastián



RESTAURANTE ARZAK

Cocina de autor, vasca de evolución, investigación y vanguardia.

restaurante@arzak.es

Tel. 943 278 465

Juan Mari Arzak Arratibel

Alto de Miracruz, 21 | 20015 San Sebastián



RESTAURANTE ARATZ

Cocina tradicional con toque de modernidad.

info@restaurantearatz.com

Tel. 943 219 204

Familia Zabaleta Kortazar

Igara Bidea 15

20018 San Sebastián



RESTAURANTE JOSÉ MARÍA

Cocina tradicional segoviana

con toques de innovación.

reservas@restaurantejosemaria.com

Tel. 921 466 017 | 921 461 111

José María Ruiz Benito

Cronista Lecea, 11 | 40001 Segovia

Segovia



RESTAURANTE DUQUE

Cocina tradicional
castellana.

info@restauranteduque.es

Tel. 921 462 487

Marisa Duque

Cervantes, 12 | 40001 Segovia



RESTAURANTE MESÓN DE CÁNDIDO

Cocina tradicional castellana.

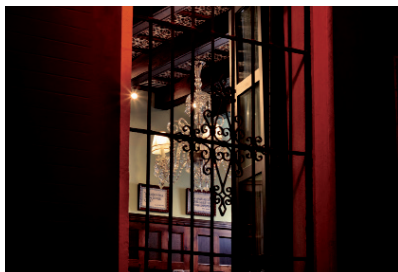
candido@mesondecandido.es

Tel. 921 425 911

Familia Cándido

Plaza de Azoguejo, 5 | 40001 Segovia

Sevilla



RESTAURANTE CASA ROBLES

Cocina tradicional andaluza.
comercial@roblesrestaurantes.com
 Tel. 954 213 150
 Pedro Robles Cruzado
 Álvarez Quintero, 58
 41004 Sevilla



RESTAURANTE MANOLO MAYO

Cocina tradicional andaluza.
restaurante@manolomayo.com
 Tel. 955 811 086
 Hermanos Mayo Cabrera
 Av. de Sevilla, 29
 41720 Los Palacios y Vilafranca [Sevilla]

Toledo



RESTAURANTE EL ESPIGÓN

Cocina marinera.
elEspigon@gmail.com
 Tel. 954 626 851
 D. Miguel Ángel Moro Lara
 Calle Bogotá, 1
 41013 Sevilla



RESTAURANTE ADOLFO

Cocina creativa, regional de autor.
restaura@adolfo-toledo.com
comunicacion@adolfo-toledo.com
 Tel. 925 227 321 | 639 938 140
 Calle Hombre de Palo, 7
 45001 Toledo

Valencia



EL CAPRICO DE LOS TORRES

Cocina de vanguardia con toques tradicionales, brasa y carnes.
info@gastrobarelcapricho.es
Tel. 925 160 734 | 617 485 263
Carlos Torres. Av. de la Mancha, 24
45860 Vilacañas [Toledo]



RESTAURANTE LA NORIA

Cocina mediterránea.
restaurantelanoria@restaurantelanoria.net
Tel. 961 684 103
Familia Pérez Gayete
Maestro Serrano, s/n
46119 Náquera [Valencia]

Valladolid



RESTAURANTE LA ORZA

Cocina basada en la tradición, el producto y estilo libre.
gerencia@restaurantelaorza.com
Tel. 925 223 011
Vicente y Lionel Barrejón
Calle Descalzos, 5 | 45002 Toledo



PARRILLA VINOTINTO

Cocina de parrilla.
marketing@vinotintovalladolid.es
Tel. 983 342 291
Óscar Garrote
Campanas, 4. 47001 Valladolid

Zaragoza



RESTAURANTE EL CACHIRULO

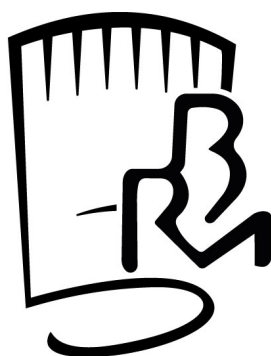
Tipo de cocina: aragonesa y de mercado.

esther@elcachirulo.es

congresos@elcachirulo.es

Tel. 976 460 146. Jesús Acín

Ctra. de Logroño, km. 1,5 | 50011 Zaragoza



Buena Mesa España
ASOCIACIÓN DE RESTAURANTES



ONTAÑÓN

CULTUS VINI

Buena Mesa

EDICIÓN LIMITADA

De buena familia,
a la Buena Mesa



Asociación de Restaurantes
de Buena Mesa

www.ontanon.es