

# MORROFINO

Restaurantes de Buena Mesa España

AGOSTO 2024

## MANUEL MORENO

PRESIDENTE DE BUENA MESA

### CRUCEROS

GASTRONOMÍA SOBRE EL MAR

### PULPO

RECETAS DE BUENA MESA

### BUENA MESA

GUÍA DE RESTAURANTES

ROMERO, ANSÓN,

ROCA, PAGÁN,

MORILLO,

&+

## MANUEL MORENO

BUENA MESA PRESIDENT

### CRUISES

GASTRONOMY ON THE SEA

### OCTOPUS

BUENA MESA RECIPES

### BUENA MESA

RESTAURANTS GUIDE

ROMERO, ANSÓN,

ROCA, PAGÁN,

MORILLO,

&+



# EDITORIAL



Querido MORROFINO:

Con gran orgullo me dirijo a todos vosotros en esta ocasión para felicitaros por el extraordinario trabajo que estáis llevando a cabo en nuestros establecimientos asociados durante este intenso verano.

Nada debe fallar, y todos los profesionales que formamos parte de esta gran familia de Buena Mesa no escatimamos esfuerzos en perseguir la excelencia. Tanto en cocina como en sala, sabemos muy bien que la experiencia en un Restaurante es la suma de muchos detalles.

Una vez más, os felicito sinceramente por el trabajo excepcional y por ser embajadores de los valores que representamos como Asociación de Restaurantes de Buena Mesa. Juntos, seguiremos marcando la diferencia en el mundo de la gastronomía.

Y al comensal de la Buena Mesa, recordarte que siempre gozarás, además de profesionales en la cocina y las mejores materias primas, de unos grandes profesionales en sala. La excelencia no se improvisa; se aprende a lo largo de décadas de experiencia.

Te esperamos como siempre para brindarte una acogida excelente y un servicio único.

Familia, Tradición y Buen Hacer.

¡Feliz Verano!

*Manuel Moreno*  
Presidente de la Asociación de Restaurantes  
de Buena Mesa España

# EDITORIAL



**Buena Mesa España**  
ASOCIACIÓN DE RESTAURANTES

*Dear MORROFINO:*

*With great pride I address you all on this occasion to congratulate you for the extraordinary work you are carrying out in our associated establishments during this intense summer. Nothing must go wrong, and all the professionals who are part of this great Buena Mesa family spare no effort in pursuing excellence. Both in the kitchen and in the dining room, we know very well that the experience in a restaurant is the sum of many details.*

*Once again, I sincerely congratulate you for the exceptional work and for being ambassadors of the values that we represent as the Buena Mesa Restaurant Association. Together, we will continue to make a difference in the world of gastronomy. And to the Buena Mesa diner, I remind you that you will always enjoy, in addition to professionals in the kitchen and the best raw materials, great professionals in the dining room. Excellence is not improvised; it is learned over decades of experience.*

*We await you as always to offer you an excellent welcome and a unique service.*

*Family, Tradition and Good Work.*

*Happy Summer!*

**Manuel Moreno**  
*President of Restaurantes  
de Buena Mesa España*

# La Tarjeta para restaurantes The Card for restaurants

## AMERICAN EXPRESS



Busca el distintivo de American Express  
en la puerta del restaurante.

Look for the American Express decal  
on the door of the restaurant.



**DON'T** *live life* **WITHOUT IT™**

# MORROFINO

La estacionalidad, protagonista en los restaurantes en verano Rafael Ansón	06	<i>Seasonality, the protagonist in summer restaurants Rafael Ansón</i>
CRUCEROS El Otro Turismo Gastronómico	08	<i>CRUISES The Other Gastronomic Tourism</i>
Comenzar con el pie derecho Mar Romero	20	<i>Starting off on the right foot Mar Romero</i>
Ingredientes & Recetas PULPO	22	<i>Ingredients &amp; Recipes OCTOPUS</i>
Confiar es arriesgarse Nuria Nicolau	32	<i>To trust is to take risks Nuria Nicolau</i>
La crisis de las patatas y las patatas bravas Manel Morillo	38	<i>The crisis of potatoes and patatas bravas Manel Morillo</i>
MUST HAVE	40	<i>MUST TASTE</i>
Flamenco y Gastronomía Tomás M. Pagán	42	<i>Flamenco and Gastronomy Tomás M. Pagán</i>
MANUEL MORENO Entrevista al nuevo Presidente	44	<i>MANUEL MORENO Interview with the new President</i>
El Fango Lorenzo Roca	58	<i>The Mud Lorenzo Roca</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

[redaccion@morrofino-media.es](mailto:redaccion@morrofino-media.es) | [morrofino-club.es](http://morrofino-club.es)

Colaboran | Sponsored by



## La estacionalidad, protagonista en los restaurantes en verano

La carta, la **propuesta gastronómica**, es una de las mejores herramientas de presentación y promoción de un restaurante. Desde la selección de los ingredientes hasta el diseño de los platos, su elaboración, la descripción y presentación. Cada detalle importa para conseguir que el comensal quede satisfecho y vuelva en una siguiente oportunidad.

En ese sentido, **el cambio de carta y su adaptación a cada temporada** es fundamental para variar la oferta y adaptarla a las diferentes condiciones climáticas. Mientras que en los meses de frío, preferimos platos más calientes y contundentes como los guisos, cuando llega el buen tiempo y suben los termómetros, el cuerpo comienza a demandar otro tipo de recetas más refrescantes e hidratantes.

La correspondencia con la estacionalidad es una manera, incluso, de **promover los valores de la Nueva Gastronomía**, pues el respeto por el producto de temporada nos acerca a una **dieta más saludable y más sostenible**, con productos que se encuentran en su momento óptimo de consumo y que, en consecuencia, nos permiten disfrutar más con la comida.

Y aquí hay que poner el acento en la **materia prima**, en la producción agroalimentaria, en los alimentos y bebidas, sin los cuales no podrían funcionar los demás eslabones de la cadena alimentaria.

Es importante que los restaurantes prioricen el **producto de cercanía, de “kilómetro cero”**, para favorecer la supervivencia de las zonas adyacentes a las grandes ciudades y apoyar el trabajo de los agricultores, pescadores y ganaderos.

Los platos estacionales, por tanto, contribuyen a **potenciar la economía local**, al mismo tiempo que **mejoran la calidad de la comida** y generan una **propuesta gastronómica propia de valor**, permitiendo que el establecimiento se mantenga vivo y actualizado.

Hay que decir que los que más suelen incorporar este tipo de cocina son los **restaurantes de Buena Mesa**, que viven, en gran medida, del producto estacional y de proximidad.

Aunque, por supuesto, **nada de esto está reñido con la creatividad**, la técnica y la innovación. Baste pensar, por ejemplo, en la versión con mango del tradicional salmorejo de **Coquette**, de los hermanos Sandoval; el tomate nitro y gazpacho verde (con tomate seco, pimienta verde y tartar de quisquillas), de Dani García, en **Dani Brasserie**; o el gazpacho de tomates verdes con caballa marinada, tomates confitados y huevas de maruca, de Jesús Almagro, en **Cornamusa**.

## Seasonality, the protagonist in summer restaurants

The menu, **the gastronomic proposal**, is one of the best tools for presenting and promoting a restaurant. From the selection of ingredients to the design of the dishes, their preparation, description and presentation. Every detail is important to ensure that diners are satisfied and return for the next opportunity.

In this sense, **changing the menu and adapting it to each season** is essential to vary the offer and adapt it to the different climatic conditions. While in the cold months, we prefer warmer and more substantial dishes such as stews, when the good weather arrives and the thermometers rise, the body begins to demand other types of more refreshing and hydrating recipes.

Correspondence with seasonality is even a way of **promoting the values of New Gastronomy**, since respect for seasonal products brings us closer to **a healthier and more sustainable diet**, with products that are at their optimal time of consumption and that, consequently, allow us to enjoy food more.

And here we must put the emphasis on **raw materials**, on agro-food production, on food and drink, without which the other links in the food chain could not function.

It is important that restaurants prioritise **local, "zero kilometre"** products, to favour the survival of the areas adjacent to the large cities and to support the work of farmers, fishermen and ranchers.

Seasonal dishes, therefore, contribute to **boosting the local economy**, while **improving the quality of the food** and generating a **gastronomic proposal of value**, allowing the establishment to remain alive and up to date.

It must be said that those that most often incorporate this type of cuisine are the **Buena Mesa restaurants**, which live, to a large extent, from seasonal and local products.

Although, of course, **none of this is at odds with creativity**, technique and innovation. Just think, for example, of the mango version of the traditional salmorejo by **Coquetto**, by the Sandoval brothers; the tomato nitro and green gazpacho (with dried tomato, green pepper and shrimp tartar), by Dani García, at **Dani Brasserie**; or the green tomato gazpacho with marinated mackerel, candied tomatoes and hake roe, by Jesús Almagro, at **Cornamusa**.



**Rafael Ansón**

Presidente de la Academia Iberoamericana de Gastronomía

GASTRONOMÍA SOBRE EL MAR | GASTRONOMY ON THE SEA



# CRUCEROS | CRUISES

El Otro Turismo Gastronómico | The Other Gastronomic Tourism

Los cruceros permiten saborear las delicias regionales e internacionales durante su periplo marítimo a bordo o en las escalas. Esta faceta de los cruceros seduce a cada vez a más y más cruceristas.

*Cruises allow you to savor regional and international delicacies during your maritime journey on board or during stopovers. This facet of cruising seduces more and more cruise passengers.*



MORROFINO







La gastronomía ha pasado de ser un simple componente de los cruceros a convertirse en un aspecto fundamental que define la experiencia de viaje. Tanto a bordo como en las escalas, la oferta culinaria ha evolucionado para satisfacer los gustos y expectativas de los consumidores modernos. Las tendencias actuales, como la cocina saludable, la personalización y la fusión culinaria, reflejan un compromiso con la calidad y la innovación. Los cruceros temáticos dedicados a la gastronomía demuestran que el interés en la comida y la bebida sigue creciendo, ofreciendo a los pasajeros experiencias únicas y memorables. La gastronomía en los cruceros no solo enriquece el viaje, sino que también se ha convertido en un factor decisivo para la elección del destino y la línea de cruceros, subrayando su importancia en la industria de los viajes.

.....

*Gastronomy has gone from being a simple component of cruises to becoming a fundamental aspect that defines the travel experience. Both on board and in port, the culinary offering has evolved to meet the tastes and expectations of modern consumers. Current trends such as healthy cooking, personalization and culinary fusion reflect a commitment to quality and innovation. Themed cruises dedicated to gastronomy demonstrate that interest in food and drink continues to grow, offering passengers unique and memorable experiences. Gastronomy on cruise ships not only enriches the journey, but has also become a decisive factor in the choice of destination and cruise line, underlining its importance in the travel industry.*

La gastronomía se ha convertido en un pilar fundamental en la experiencia de los cruceros, influyendo significativamente en la elección de los consumidores y en el diseño de los itinerarios. Desde la alta cocina a bordo hasta las excursiones gastronómicas en las escalas, los cruceros han evolucionado para ofrecer experiencias culinarias excepcionales. Este reportaje explora cómo la gastronomía se ha integrado en el mundo de los cruceros, las tendencias actuales, el peso en la elección del consumidor y la aparición de cruceros temáticos dedicados a la comida.

La oferta gastronómica a bordo de los cruceros ha pasado de ser un servicio secundario a convertirse en una de las principales atracciones. Las líneas de cruceros están invirtiendo en chefs de renombre, restaurantes temáticos y experiencias culinarias únicas para atraer a un público exigente que valora tanto la calidad como la variedad en su alimentación mientras navega. Muchos barcos de lujo y de alta gama ahora cuentan con restaurantes dirigidos por chefs con estrellas Michelin o por cocineros famosos que aportan su talento y creatividad a bordo. Estos restaurantes ofrecen menús exclusivos que varían según el destino del crucero y la temporada, permitiendo a los pasajeros disfrutar de platos innovadores preparados con ingredientes frescos y de alta calidad. Además de los restaurantes de alta cocina, los barcos también ofrecen una variedad de opciones gastronómicas, desde buffets informales hasta restaurantes especializados en cocina internacional, como italiana, japonesa o francesa. La diversidad y la calidad de la oferta son fundamentales para satisfacer los gustos variados de los pasajeros y para crear una experiencia culinaria memorable.

Más allá de los restaurantes, muchos cruceros están incorporando experiencias gastronómicas exclusivas, como cenas temáticas, catas de vino, y clases de cocina. Los pasajeros pueden asistir a demostraciones culinarias realizadas por chefs a bordo, participar en talleres para aprender técnicas culinarias o disfrutar de cenas con maridaje de vinos. Estas actividades no solo enriquecen la experiencia a bordo, sino que también ofrecen a los pasajeros la oportunidad de aprender y disfrutar de la gastronomía en un entorno único.

*Gastronomy has become a fundamental pillar in the cruise experience, significantly influencing consumer choice and the design of itineraries. From fine dining on board to culinary excursions during stopovers, cruise ships have evolved to offer exceptional culinary experiences. This report explores how gastronomy has been integrated into the world of cruises, current trends, the influence on consumer choice and the emergence of themed cruises dedicated to food.*

*The gastronomic offer on board cruise ships has gone from being a secondary service to becoming one of the main attractions. Cruise lines are investing in renowned chefs, themed restaurants and unique culinary experiences to attract a discerning audience that values both quality and variety in their diet while cruising. Many luxury and high-end ships now feature restaurants run by Michelin-starred chefs or celebrity chefs who bring their talent and creativity on board. These restaurants offer exclusive menus that vary depending on the cruise destination and the season, allowing passengers to enjoy innovative dishes prepared with fresh, high-quality ingredients. In addition to fine dining restaurants, the ships also offer a variety of dining options, from casual buffets to restaurants specializing in international cuisine, such as Italian, Japanese or French. The diversity and quality of the offering are essential to satisfy the varied tastes of passengers and to create a memorable culinary experience.*

*Beyond restaurants, many cruises are incorporating exclusive dining experiences, such as themed dinners, wine tastings, and cooking classes. Passengers can attend culinary demonstrations by onboard chefs, participate in workshops to learn culinary techniques or enjoy dinners with wine pairings. These activities not only enrich the experience on board, but also offer passengers the opportunity to learn and enjoy gastronomy in a unique environment.*















La gastronomía en los cruceros está en constante evolución, reflejando las tendencias actuales en el mundo de la comida y la bebida. Algunas de las tendencias más destacadas incluyen:

### **1. Cocina Saludable y Sostenible**

La demanda de opciones de comida saludable y sostenible ha llevado a las líneas de cruceros a incorporar menús que incluyen opciones vegetarianas, veganas y sin gluten. Además, hay un enfoque creciente en la sostenibilidad, con muchas compañías utilizando ingredientes locales y orgánicos, reduciendo el desperdicio de alimentos y adoptando prácticas responsables en la preparación de comidas.

### **2. Experiencias Gastronómicas Personalizadas**

Los cruceros están adoptando una aproximación más personalizada hacia la gastronomía, ofreciendo opciones adaptadas a las preferencias individuales de los pasajeros. Esto incluye menús personalizados basados en las necesidades dietéticas, así como experiencias gastronómicas a medida que permiten a los pasajeros diseñar su propia cena o participar en eventos culinarios privados.

### **3. Innovación y Fusión Culinaria**

La fusión de sabores y la innovación en la cocina continúan siendo tendencias importantes. Los chefs a bordo y en los destinos están experimentando con combinaciones de ingredientes de diferentes culturas para crear platos únicos que sorprenden y deleitan a los pasajeros.

### **4. Enfoque en Bebidas y Cocteles**

La oferta de bebidas en los cruceros también ha evolucionado, con una mayor atención a los cócteles artesanales, las cervezas locales y los vinos de regiones emergentes. Las catas de vinos y la mixología se han convertido en una parte integral de la experiencia gastronómica a bordo.

### **5. Cruceros Temáticos de Gastronomía**

En respuesta al creciente interés por la gastronomía, algunas líneas de cruceros han lanzado itinerarios temáticos dedicados exclusivamente a la comida y la bebida. Estos cruceros temáticos ofrecen una inmersión profunda en la cultura culinaria, con actividades y eventos centrados en la gastronomía.

*Gastronomy on cruise ships is constantly evolving, reflecting current trends in the world of food and drink. Some of the most notable trends include:*

### **1. Healthy and Sustainable Cooking**

*The demand for healthy and sustainable food options has led cruise lines to incorporate menus that include vegetarian, vegan and gluten-free options. Additionally, there is a growing focus on sustainability, with many companies using local and organic ingredients, reducing food waste, and adopting responsible food preparation practices.*

### **2. Personalized Gastronomic Experiences**

*Cruise ships are taking a more personalized approach to dining, offering options tailored to passengers' individual preferences. This includes personalized menus based on dietary needs, as well as bespoke dining experiences that allow passengers to design their own dinner or participate in private culinary events.*

### **3. Culinary Innovation and Fusion**

*The fusion of flavors and innovation in cooking continue to be important trends. Chefs on board and at destinations are experimenting with combinations of ingredients from different cultures to create unique dishes that surprise and delight passengers.*

### **4. Focus on Drinks and Cocktails**

*The beverage offering on cruise ships has also evolved, with a greater focus on craft cocktails, local beers and wines from emerging regions. Wine tastings and mixology have become an integral part of the onboard dining experience.*

### **5. Themed Gastronomy Cruises**

*In response to the growing interest in gastronomy, some cruise lines have launched themed itineraries dedicated exclusively to food and drink. These themed cruises offer a deep dive into culinary culture, with gastronomy-focused activities and events.*

## Comenzar con el pie derecho

Septiembre es un mes que me recuerda un poco a enero... La ilusión y las ganas de hacer las cosas bien, de alcanzar nuestras metas y superarnos es el motor que nos impulsa adelante tras las vacaciones. El problema viene cuando vemos que nada cambia y nos invade el tedio y la desilusión, con esa sensación de angustia al que llamamos síndrome postvacacional por enfrentarnos de nuevo a la readaptación de la rutina.

Pero hay muchas cosas que podemos hacer para llegar a fin de año con la sonrisa de la victoria en la cara. Ponerse las pilas puede ser más fácil de lo que nos parece, empezando por mimarnos una vez a la semana, empleando tiempo para reflexionar o meditar sobre nuestros pensamientos y utilizarlo para desconectar por unas horas del resto de los quehaceres diarios.

Con la vuelta al día a día podemos retomar la alimentación saludable y olvidarnos de todos los excesos del verano, empezando por comprar alimentos de temporada y de proximidad. Lo notará nuestro bolsillo y nuestra salud y haremos un gran favor al medio ambiente.

Mi abuela decía que “al que madruga Dios le ayuda”, así que si queremos evitar el típico estrés matutino, levantarse temprano con tiempo para desayunar y salir cinco minutos antes de casa es un buen comienzo del día y aunque a veces nos gane lo urgente contra lo importante, será bueno trazar un plan para establecer prioridades y ajustarnos a él lo más posible. Nos ayudará a no perder el norte y a organizarnos mejor.

Sonreír será otra de las prioridades ¿De verdad hay motivos para ir con mala cara todo el día? Tenemos trabajo y eso ya es motivo de alegría. Además de generar buen clima laboral, es más fácil conseguir que se cumplan los objetivos de la empresa con una sonrisa en la cara que con malos modos. Y sí, es necesario “perder” el tiempo con la gente. No hay nada peor que vivir en un ambiente en el que se respira indiferencia, así que vamos a interesarnos más por los de nuestro alrededor. Eso no está reñido con trabajar mucho y con intensidad aunque parezca una paradoja. Y luego, escápate a la naturaleza. Todavía quedan días de buen tiempo para disfrutarla y los colores del otoño empiezan a asomar para disfrutarlos con sosiego y calma; con sensatez, cordura y respeto a la vida.

No te olvides de tu vida personal pero asegúrate de estar disponible. Familia, amigos, trabajo, estudio, deporte... Todo tendría que ir encontrando el equilibrio, el de cada uno. Puede ser aprender un idioma, apuntarte a ese hobby que te encanta. Bailar, cantar... Lo importante es atreverse con lo nuevo y enfrentarnos a las verdaderas amenazas y retos que pondrán a prueba nuestro tesón, fortaleza y equilibrio.

Y sobre todo, no tengas miedo a lo cotidiano, porque a veces, no somos conscientes del tiovivo que supone nuestra cotidianidad, con sus más y sus menos, su arriba y su abajo, su voy y vengo. 24/7/365 posibilidades de sal, pimienta y chile que nos hacen cabalgar a lomos de la indomable y siempre sorprendente vida... Sin duda, la mayor de las aventuras en este nuevo curso y siempre.

## Starting off on the right foot

*September is a month that reminds me a bit of January... The excitement and desire to do things well, to achieve our goals and to improve ourselves is the engine that drives us forward after the holidays. The problem comes when we see that nothing changes and we are overcome by boredom and disappointment, with that feeling of anguish that we call post-holiday syndrome when we face the readaptation of the routine again. But there are many things we can do to reach the end of the year with the smile of victory on our face. Getting back on track can be easier than we think, starting by pampering ourselves once a week, using time to reflect or meditate on our thoughts and using it to disconnect for a few hours from the rest of the daily chores.*

*With the return to daily life we can return to healthy eating and forget about all the excesses of summer, starting by buying seasonal and local food. Our pocket and our health will notice it and we will do a great favor to the environment. My grandmother used to say that "God helps those who get up early", so if we want to avoid the typical morning stress, getting up early with time to eat breakfast and leaving home five minutes earlier is a good start to the day and although sometimes the urgent wins out over the important, it will be good to draw up a plan to establish priorities and stick to it as much as possible. It will help us not to lose our way and to organize ourselves better.*

*Smiling will be another priority. Are there really reasons to go around with a bad face all day? We have work and that is already a reason to be happy. In addition to generating a good work environment, it is easier to achieve the company's objectives with a smile on your face than with bad manners. And yes, it is necessary to "waste"*

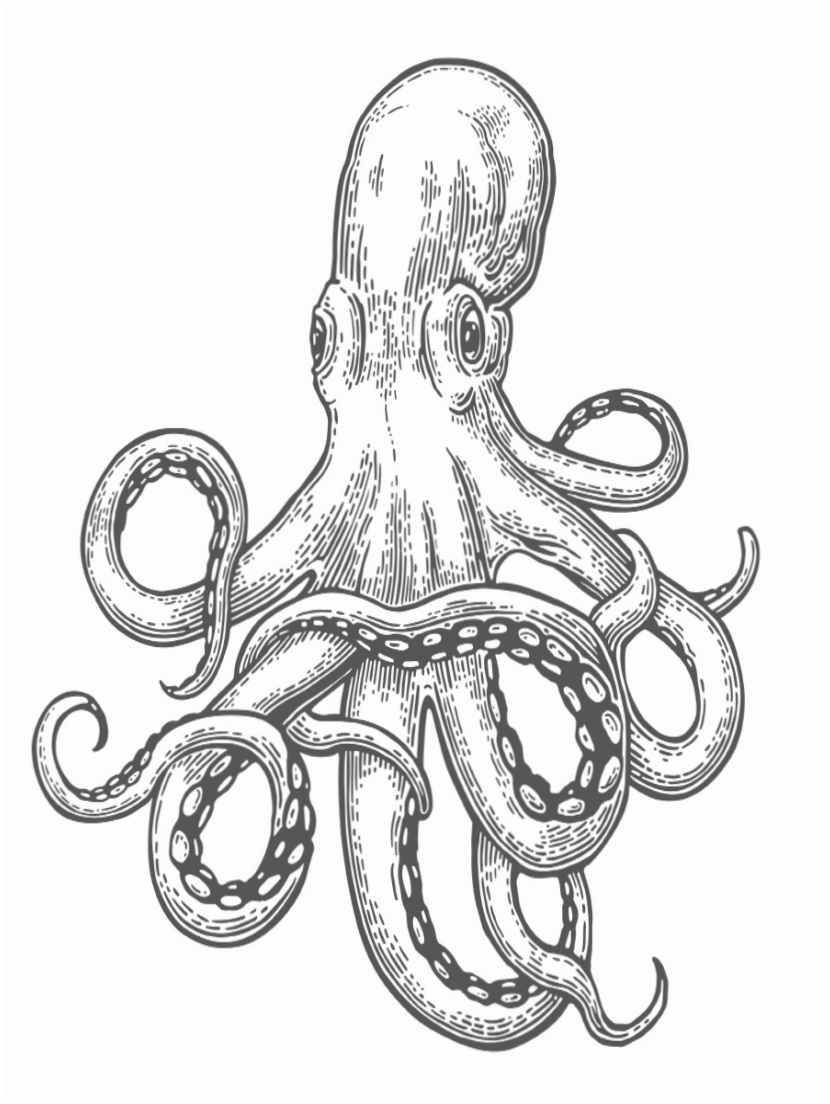
*time with people. There is nothing worse than living in an environment where indifference is breathed, so let's take more interest in those around us. That is not at odds with working hard and intensely, even if it seems a paradox. And then, escape to nature. There are still days of good weather to enjoy and the colours of autumn are beginning to appear so that you can enjoy them with peace and calm; with good sense, sanity and respect for life. Don't forget about your personal life but make sure you are available. Family, friends, work, study, sport... Everything should find its own balance. It could be learning a language, taking up that hobby you love. Dancing, singing... The important thing is to dare to try new things and face the real threats and challenges that will test our determination, strength and balance.*

*And above all, don't be afraid of the everyday, because sometimes we are not aware of the merry-go-round that our everyday life represents, with its ups and downs, its ups and downs, its comings and goings. 24/7/365 possibilities of salt, pepper and chilli that make us ride on the back of the indomitable and always surprising life... Without a doubt, the greatest of adventures in this new course and always.*



**Mar Romero**





## PULPO | OCTOPUS

El pulpo es un ingrediente culinario muy apreciado en diversas culturas. En España, se disfruta en “pulpo a la gallega”, mientras que en Japón, es clave en el “takoyaki”, ambos platos tradicionales y emblemáticos.

*Octopus is a highly valued culinary ingredient in various cultures. In Spain, it is enjoyed in “pulpo a la gallega,” while in Japan, it is a key component in “takoyaki,” both traditional and iconic dishes.*

## Sabor | Flavour

El pulpo tiene un sabor suave y delicado, con un ligero toque marino y un fondo ligeramente dulce.  
*Octopus has a mild and delicate flavor, with a slight briny note and a subtle sweetness.*

## Estación | Season

Es en los meses más fríos, de octubre a marzo, cuando su carne es más tierna y sabrosa.  
*It is during the colder months, from October to March, when its meat is the most tender and flavor-*

## Preparación | Cooking Methods

Hervido, asado o a la brasa, o cocinado a fuego lento en guisos para realzar su textura y sabor.  
*Boiled, roasted or grilled, or simmered in stews to enhance its texture and flavor.*

## Combinaciones | Flavour Affinities

Pimentón, aceite de oliva, limón, ajo y hierbas frescas, patatas, ensaladas y verduras asadas.  
*Paprika, olive oil, lemon, garlic and fresh herbs, potatoes, salads and roasted vegetables.*

## Maridaje | Pairing

Con blancos frescos y afrutados, como el Albariño o el Verdejo. También con cervezas ligeras.  
*With fresh and fruity whites, such as Albariño or Verdejo. Also with light beers.*

El pulpo ha sido una parte integral de la gastronomía desde tiempos antiguos, siendo apreciado y utilizado en diferentes culturas a lo largo de la historia. Este molusco marino no solo es un ingrediente fundamental en la tradición culinaria mediterránea, sino que también ocupa un lugar prominente en una variedad de platos representativos de la cocina española. Desde el emblemático “pulpo a la gallega” hasta elaboraciones más modernas como el pulpo a la parrilla con salsas innovadoras, el pulpo aporta un sabor y una textura únicos que enriquecen la oferta gastronómica. Su versatilidad en la cocina permite la creación de platos tradicionales que reflejan la herencia cultural, así como interpretaciones contemporáneas que destacan su calidad y adaptabilidad. Desde guisos y tapas hasta sofisticadas presentaciones culinarias, el pulpo se presenta como un ingrediente esencial, ofreciendo una experiencia gastronómica diversa y apreciada.

*Octopus has been an integral part of gastronomy since ancient times, being appreciated and used in different cultures throughout history. This marine mollusk is not only a fundamental ingredient in the Mediterranean culinary tradition, but also occupies a prominent place in a variety of dishes representative of Spanish cuisine. From the emblematic “Galician-style octopus” to more modern preparations such as grilled octopus with innovative sauces, octopus provides a unique flavor and texture that enriches the gastronomic offer. Its versatility in the kitchen allows the creation of traditional dishes that reflect cultural heritage, as well as contemporary interpretations that highlight their quality and adaptability. From stews and tapas to sophisticated culinary presentations, octopus is presented as an essential ingredient, offering a diverse and appreciated gastronomic experience.*



MORROFINO



## Pulpo a la Brasa con cremosa de Patata revolconca y Mojo de Hierbas

**Restaurante Rocalla, Valencia.**

**Ingredientes:** pata de pulpo, patatas rojas, aove, pimentón de la vera, cilantro, albahaca, pimienta verde, ajo seco pelado, comino molido, azúcar, sal fina, colorante verde, aove, vinagre de vino blanco y zumo de limón.

**Elaboración:** Para la pata de pulpo: Se cuece la pata de pulpo y posteriormente lo ponemos en las brasas en nuestro Jospier. Para la Patata revolconca: Cocemos las patatas rojas, cuando las tengamos listas las pelamos y batimos junto con un poco de agua de la misma cocción. Una vez cogida la textura de puré le agregamos pimentón De la Vera. Para el mojo de hierbas: Se majan el cilantro, albahaca, Pimiento verde, Ajo seco pelado, Comino molido, azúcar, sal fina y colorante verde. Se le añade AOVE, Vinagre de vino blanco y zumo de limón hasta que tenga la consistencia. Tiempo aproximado: 25 minutos. Teniendo el pulpo cocido y la patata cremosa revolconca y el Mojo de hierbas: 7-8 Minutos en el Jospier.

.....

## Grilled Octopus with Creamy Revolcona Potato and Herb Mojo

*Restaurant Rocalla, Valencia.*

**Ingredients:** octopus leg, red potatoes, evoo, paprika, cilantro, basil, green pepper, peeled dried garlic, ground cumin, sugar, fine salt, green coloring, evoo, white wine vinegar and lemon juice.

**Procedure:** For the octopus leg: We cook the octopus leg and then put it on the embers in our Jospers. For the Revolcona Potato: We cook the red potatoes, when we have them ready we peel them and beat them together with a little water from the same cooking. Once the puree texture is obtained, we add De la Vera paprika. For the herb mojo: Grind the coriander, basil, green pepper, peeled dried garlic, ground cumin, sugar, fine salt and green coloring. EVOO, white wine vinegar and lemon juice are added until it has the consistency. Approximate time: 25 minutes. Having the cooked octopus and the creamy revolcona potato and the herb Mojo: 7-8 Minutes in the Jospers.

.....

## Ceviche de Pulpo sobre Algas, Lechuga de Mar y Cebolla encurtida

Restaurante El Faro de El Puerto, Puerto de Santa María, Cádiz. Chef: Fernando Córdoba.

**Ingredientes:** 2 rejos de pulpo previamente cocido, 2 cebollas rojas que hemos cortado finamente en láminas y macerado en sal y limón. Lima, soja clara, cilantro, jalapeño, aceite de sesamo. Pétalos de flores de girasol o de pensamiento. Lechuga de mar fresca.

**Elaboración:** Cortar el pulpo, macerar con el zumo de lima, jalapeño, soja clara, aceite de sesamo y cilantro.

En un plato ponemos la lechuga de mar, encima colocamos el pulpo y terminamos con la cebolla encurtida, añadimos para decorar pétalos de flores y servimos.

## Octopus Ceviche on Seaweed, Sea Lettuce and Pickled Onion

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

**Ingredients:** 2 pieces of octopus cooked pulp, 2 red onions that we have cut finely into slices and marinated in salt and lemon. Lime, light soy, cilantro, jalapeño, sesame oil.

Sunflower or pansy flower petals. Fresh sea lettuce.

**Preparation:** Cut the octopus, marinate with lime juice, jalapeño, light soy, sesame oil and cilantro.

On a plate we put the sea lettuce, on top we place the octopus and finish with the pickled onion, we add flower petals to decorate and we serve.

.....

.....





# Pulpo con Mahonesa

**Restaurante El Refectorio, Ceuta.**

**Chef: Rafael Carrasco Morón.**

**Ingredientes:** Pulpo, aceite de oliva Virgen extra, huevo, aceite de girasol, sal y limón.

**Elaboración:** Cocer el pulpo como siempre, esperar que se enfrie del todo, y cortar las patas segando el corte para que resulte lo más grande a la vez que sea fina la lonchados o tres milímetros.

Hacer una buena mahonesa con los ingredientes mencionados: con un 25 % de aceite de oliva y un 75% de aceite de girasol.

En un plato untar la mahonesa y poner los trozos encima, cubriendo la gusto una vez colocadas las rodajas con más mahonesa.

Sin contar la cocción del pulpo, esta receta es de rápida elaboración.

.....

# Octopus with Mayonnaise

**Restaurant ElRefectorio, Ceuta.**

**Chef: Rafael Carrasco Morón.**

**Ingredients:** Octopus, extra virgin olive oil, egg, sunflower oil, salt and lemon.

**Procedure:** Cook the octopus as always, wait for it to cool completely, and cut the legs, cutting the cut so that it is as large as possible while making the slices thin or three millimeters. Make a good mayonnaise with the mentioned ingredients: with 25% olive oil and 75% sunflower oil. On a plate, spread the mayonnaise and put the pieces on top, covering the taste once the slices are placed with more mayonnaise. Not counting the cooking of the octopus, this recipe is quick to prepare.

.....

## Confiar es arriesgarse

Hace unos días, estaba leyendo un libro de referencia y leí una frase que me impactó que decía: "confiar es arriesgarse".

Y pensé, qué tendrá que ver esto con el servicio y atención al cliente en la restauración y entonces vi que era perfecto, pues desde que tenemos tanto contacto con las redes, nos pasamos el tiempo buscando sitios nuevos, donde nos pasamos el tiempo confiando que lo que leemos será la verdad y eso conlleva un riesgo.

Porque, ¿qué hace un cliente cuando decide ir a un restaurante? Arriesgarse y aún más si este restaurante es nuevo. Piensa: el servicio será el esperado, me arriesgo a que el producto sea bueno y estará bien elaborado...

Así— pues, creo que puede ser un tema muy adecuado para esta época del año, donde nos vamos a ciudades que no conocemos, exploramos y estamos continuamente confiando que allí— donde vayamos, todo va a estar bien y nos arriesgamos a que sea así—.

Podríamos decir que es una experiencia gastronómica como acto de fe en este mundo de la gastronomía.

La confianza es un ingrediente fundamental. Se trata de esa parte intangible que nos permite tener una experiencia culinaria, sin reservas, creyendo en el talento y la pasión del chef y en la calidad de los ingredientes elegidos y en la corrección del servicio.

El boca-boca, las críticas especializadas y las recomendaciones de amigos y conocidos,

son lo que nos ayudan a forjar esa confianza que nos impulsa a cruzar la puerta de un restaurante y entregarnos a la propuesta que allí— tienen.

Confiar y arriesgarse son dos caras de la misma moneda, tanto en el mundo de la gastronomía cómo en la vida, sin confianza se pierde la esencia de las cosas, la experiencia culinaria se ve limitada sin riesgo. Nos privamos de la posibilidad de descubrir nuevos sabores y experiencias...

Y concluyendo diría que, la confianza y el riesgo que tomamos cada día para vivir nuestras experiencias, se convierte en el hilo conductor que nos une a todos los aspectos del servicio y la atención al cliente, creando una experiencia memorable que los comensales están deseosos de repetir. El restaurante debe asegurarse de que cada interacción con el cliente, refuerce la confianza y la lealtad. Solo así— podrán alcanzar y mantener la excelencia en un mercado tan exigente y en constante evolución.

Que pasen un feliz verano y que vivan grandes experiencias. Un saludo.



## *To trust is to take risks*

*A few days ago, I was reading a reference book and I read a phrase that struck me that said: "trust is taking a risk."*

*And I thought, what does this have to do with customer service and attention in restaurants and then I saw that it was perfect, because since we have so much contact with the networks, we spend time looking for new places, where we spend time trusting that what we read will be the truth and that entails a risk.*

*Because, what does a customer do when he decides to go to a restaurant? Take a risk and even more so if this restaurant is new. He thinks: the service will be as expected, I risk that the product will be good and well prepared...*

*So, I think it can be a very appropriate topic for this time of year, where we go to cities we don't know, we explore and we are continually trusting that wherever we go, everything will be fine and we risk that it will be so.*

*We could say that a gastronomic experience is an act of faith in this world of gastronomy.*

*Trust is a fundamental ingredient. It is that intangible part that allows us to have a culinary experience, without reservations, believing in the talent and passion of the chef and in the quality of the ingredients chosen and in the correctness of the service.*

*Word of mouth, specialized reviews and recommendations from friends and acquaintances are what help us to build*

*that trust that drives us to cross the door of a restaurant and give ourselves over to the proposal they have there. Trust and risk are two sides of the same coin, both in the world of gastronomy and in life, without trust the essence of things is lost, the culinary experience is limited without risk. We deprive ourselves of the opportunity to discover new flavours and experiences...*

*And in conclusion, I would say that the trust and risk we take every day to live our experiences becomes the common thread that unites us to all aspects of service and customer care, creating a memorable experience that diners are eager to repeat. The restaurant must ensure that each interaction with the customer reinforces trust and loyalty. Only in this way can they achieve and maintain excellence in such a demanding and constantly evolving market.*

*Have a happy summer and have great experiences. Best regards.*



**Nuria Nicolau**

Consultora de CX para Restaurantes ! [www.nurianicolau.com](http://www.nurianicolau.com)

## Trilogía de Pulpo confitado a Baja Temperatura

**Restaurante Mesón El Copo, Palmones, Cádiz. Chef: Vanessa Moreno.**

**Ingredientes:** 220 gr pulpo, 60 gr puerro, ajo, pimenton c/s, aceite de oliva, 150 gr patatas, 50 ml crema de leche. 20 gr algas, aromas varias, laurel, mantequilla c/s, cebolla, clavo y sal.

**Elaboración:** En una olla se introduce el pulpo cubriéndolo de agua junto con las hojas de laurel, sal, cebolla y clavo hasta que esté tierno. Una vez tierno enfriar, cortar y reservar.

Por otro lado en una sauté le agregamos la mantequilla y el puerro cortado en rodajas finas, cocinamos por unos minutos con sal, pimienta y nuez moscada y a continuación vertemos la patata previamente cocida en la crema de leche, con el fin de obtener una cremosidad particular. Toda esta mezcla la pasamos por el pasapuré, dejamos enfriar en la nevera y reservamos.

Para la elaboración del alga: la hidratamos en abundante agua aromatizada. Una vez hidratada colocamos sobre papel absorbente para retirar el exceso de agua. A continuación las colocamos en una bandeja e introducimos en el horno a baja temperatura hasta su secado.

Para finalizar el montaje, cortar el pulpo en la forma deseada y reservar. Hacer bolas con la patata reservada en la nevera, untar la mantequilla y meter en el horno.

**Emplatado:** colocar el pulpo con su guarnición de patata y algas al gusto del chef.

## Low Temperature Candied Octopus Trilogy

**Restaurant Mesón el Copo, Palmones, Cádiz. Chef: Vanessa Moreno.**

**Ingredients:** 220 g octopus, 60 g leek, garlic, paprika each, olive oil, 150 g potatoes, 50 ml heavy cream. 20 g seaweed, various aromas, bay leaf, butter each, onion, cloves and salt.

**Preparation:** Place the octopus in a pot, covering it with water along with the bay leaves, salt, onion and cloves until it is tender. Once tender, cool, cut and set aside.

On the other hand, in a sauté we add the butter and the leek cut into thin slices, we cook for a few minutes with salt, pepper and nutmeg and then we pour the previously cooked potato into the milk cream, in order to obtain a particular creaminess. We pass this entire mixture through the food mill, let it cool in the refrigerator and set aside.

To prepare the seaweed: we hydrate it in plenty of flavored water. Once hydrated, place on absorbent paper to remove excess water. Next we place them on a tray and place them in the oven at low temperature until dry.

To finish the assembly, cut the octopus into the desired shape and set aside. Make balls with the potato reserved in the refrigerator, spread butter and put in the oven.

**Plating:** place the octopus with its potato and seaweed garnish to the chef's taste.





## Marinera de Pulpo

**Restaurante El Sacromonte, Cartagena.**

**Ingredientes:** 1 kg de patata nueva para cocer, 200 g de variantes (encurtidos variados: coliflor, pepino, zanahoria), 4 huevos duros, 250 g de atún de lata bien escurrido, 300 g de mayonesa (con el zumo de un limón, si se quiere), pulpo previamente cocido a la brasa, rosquilla en forma alargada.

**Elaboración:** Poner las patatas en un olla con agua y una cucharada de sal. Llevar a ebullición y dejar a fuego suave hasta que las patatas se atraviesen fácilmente con un palillo, aproximadamente 40 minutos. Cocer los huevos a fuego suave durante 12 minutos. Preparar un bol de agua con hielo para detener la cocción. Escurrir los variantes y picar finamente a cuchillo. Repetir la operación con el atún en lata. Reservar por separado. Colar, dejar templar y pelar las patatas. Partirlas y machacarlas con la ayuda de un tenedor. Añadir tres huevos pelados y partidos, los variantes, el atún y la mayonesa -reservar dos cucharadas- en un bol grande. Enfriar en la nevera 2 horas. Disponer la ensaladilla sobre la rosquilla y terminamos con tres trozos de pulpo.

.....

## Octopus Marinera

**Restaurante El Sacromonte, Cartagena.**

**Ingredientes:** 1 kg of new potatoes to cook, 200 g of variants (various pickles: cauliflower, cucumber, carrot), 4 hard-boiled eggs, 250 g of canned tuna, well drained, 300 g of mayonnaise (with the juice of a lemon, if want), previously grilled octopus, elongated crispy bread donut

**Preparation:** Put the potatoes in a pot with water and a tablespoon of salt. Bring to a boil and simmer until the potatoes are easily pierced with a toothpick, about 40 minutes. Cook the eggs over low heat for 12 minutes. Prepare a bowl of ice water to stop the cooking. Drain the variants and chop finely with a knife. Repeat the operation with the canned tuna. Reserve separately. Strain, let it cool and peel the potatoes. Break them and mash them with the help of a fork. Add three peeled and broken eggs, the variants, the tuna and the mayonnaise - reserve two tablespoons - in a large bowl. Chill in the refrigerator for 2 hours. Arrange the salad on the donut and finish with three pieces of octopus.

.....



## La crisis de las patatas y las patatas bravas

Al parecer las multinacionales que se dedican al comercio de patatas fritas congeladas, cotizadas en bolsa en USA, están sufriendo duras caídas de valoración. Sus previsiones no son nada buenas. Y la noticia no es una broma, no, estas empresas son enormes, con facturaciones sorprendentes. En el mundo se comen muchas, pero muchas, patatas fritas.

¿Por qué está ocurriendo esto? Parece ser que en muchos países salimos menos a cenar, de forma significativa y salimos menos porque el fast food ha subido su precio de forma notable desde 2021; muchos consumidores se han quedado fuera del circuito puesto que economía no les da para consumir fuera tantos días.

Como en cualquier crisis, los primeros damnificados son los más débiles. Estamos en una crisis hostelera, de eso no cabe duda, aunque sea una crisis que vaya por barrios y se muestre de una forma extraña. El poder adquisitivo ha bajado entre los que menos ganan, lo que conlleva que consuman más baratos y menos veces en bares y restaurantes.

Ya he explicado en otras ocasiones para MORROFINO que la hostelería se encamina, de forma acelerada, a una segmentación entre el fine-dining -cada vez con PVP más altos y un consumo más experiencial- y el fast casual, que necesita contener precios, lo cual provoca que se automatice con el uso de tecnología robótica y digital.

España tiene su idiosincrasia cultural. Aquí 2024 está siendo un año de éxito hostelero:

el turismo va a batir un nuevo récord y el consumo interno se mantiene firme... y no somos una cultura de estar demasiado en casa. Si en algo tenemos que gastar aunque sea con contención es en hostelería. Es aquí donde entran las santas patatas bravas y un giro en mi reflexión:

En España, abras el negocio hostelero que abras, si tienes patatas bravas en tu oferta SIEMPRE serán el plato más vendido. Si no tienes patatas bravas será porque cocinas gastronomía de otros países. Si eres un bar commoditie y no tienes patatas bravas en tu oferta, estás muerto. Somos un país muy de bravas: ricas, sabrosas, rápidas, contundentes y baratas.

No es raro ver en grandes ciudades las raciones de patatas bravas a 8€. Los 5€ de PVP son lo normal. Nuestras bravas son la muleta ideal para apoyar aperitivos, medias tardes, además de parte de cualquier almuerzo o cena de tapas. Raro es que no se les haya declarado patrimonio cultural.

Quizás las patatas fritas congeladas debiliten a las multinacionales, pero en nuestro país las bravas gozan de buena salud.

## The crisis of potatoes and patatas bravas

*It seems that the multinationals that are dedicated to the trade of frozen French fries, listed on the stock exchange in the USA, are suffering sharp falls in valuation. Their forecasts are not good at all. And the news is not a joke, no, these companies are huge, with surprising turnovers. In the world, many, many French fries are eaten. Why is this happening? It seems that in many countries we go out to dinner less, significantly, and we go out less because fast food has risen in price significantly since 2021; many consumers have been left out of the circuit since the economy does not allow them to consume out for so many days.*

*As in any crisis, the first to suffer are the weakest. We are in a hospitality crisis, there is no doubt about that, even if it is a crisis that goes by neighborhoods and shows itself in a strange way. Purchasing power has fallen among those who earn the least, which means that they consume cheaper and less often in bars and restaurants.*

*I have already explained on other occasions for MORROFINO that the hospitality industry is heading, at an accelerated pace, towards a segmentation between fine-dining - with increasingly higher PVPs and more experiential consumption - and fast casual, which needs to contain prices, which causes it to be automated with the use of robotic and digital technology.*

*Spain has its cultural idiosyncrasy. Here 2024 is being a year of hospitality success:*

*tourism is going to break a new record and domestic consumption remains firm... and we are not a culture of staying at home too much. If there is something we have to spend on, even if it is with restraint, it is in hospitality. This is where the holy patatas bravas come in and a twist in my reflection: In Spain, whatever hospitality business you open, if you have patatas bravas in your offer, they will ALWAYS be the best-selling dish. If you don't have patatas bravas it will be because you cook gastronomy from other countries. If you are a commodity bar and you don't have patatas bravas in your offer, you are dead. We are a country of bravas: rich, tasty, fast, filling and cheap. It is not unusual to see bravas for €8 in large cities. €5 is the normal price. Our bravas are the ideal crutch to support aperitifs, mid-afternoon snacks, as well as part of any tapas lunch or dinner. It is strange that they have not been declared cultural heritage*

*Perhaps frozen chips weaken multinationals, but in our country bravas are in good health..*



**Manel Morillo**

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

## MUST HAVE



1



2



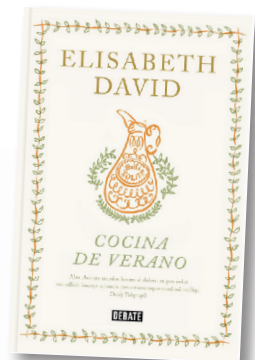
3



4



6



5

1. Suns THIRTY Crema solar Premium SPF 30 vegana 23€ | 2. Polarbox Mini Nevera Portátil con asa ajustable Portátil Vintage 20l. 40€  
 3. Baby Bogg bolso pequeño Playa Piscina 499€ | 4. COSTWAY Set de 2 Sillas Plegables de Mariposa de Jardín con Bolsas de Transporte Plegable 93€ | 5. Cocina de verano de Elizabeth David editorial Debate 23€ | 6. SAGUARO Escarpines Hombre Mujer Zapatos de Agua 10€ | 7. Infusión AquaRosa Bio Kusmi Tea 17€ | 8. Juvé & Camps Milesimé Chardonnay Cava Gran Reserva Brut 29,50€ | 9. Paco Lafuente Bonito del Norte Caja de 12 Unidades 200gr 100€ | 10. Gildas dobles de anchoa edición limitada Codesa 12,90 € | 11. Néctar de fresa Alain Miliat 6,35€ | 12. Zumo de pera Alain Miliat 4,95€ | 13. Finca La Pared Rosé de Bodegas Marco Real (caja de 6 uds.) 150€ | 14. Vino blanco elaborado por EDUARDO PEÑA con Treixadura y Albariño entre otros, D.O. Ribeiro 16,50€



## MUST TASTE



7



9



10



11



12



8



13



14

1. Suns THIRTY Premium vegan sun cream SPF 30 €23 | 2. Polarbox Mini Portable Fridge with adjustable handle Portable Vintage 20 l. €40 | 3. Baby Bogg small beach pool bag €499 | 4. COSTWAY Set of 2 Folding Garden Butterfly Chairs with Folding Carrying Bags €93 | 5. Summer Cooking by Elizabeth David editorial Debate €23 | 6. SAGUARO Booties Men Women Water Shoes €10 | 7. AquaRosa Bio Kusmi Tea Infusion €17 | 8. Juvé & Camps Milesimé Chardonnay Cava Gran Reserva Brut €29,50 | 9. PAGO Lafuente Bonito del Norte Box of 12 Units 200gr €100 | 10. Codesa limited edition double anchovy Gildas €12,90 | 11. Strawberry nectar Alain Miliat €6,35 | 12. Alain Miliat pear juice €4,95 | 13. Finca La Pared Rosé from Bodegas Marco Real (box of 6 units) €150 | 14. White wine made by EDUARDO PEÑA with Treixadura and Albariño among others, D.O. Ribeiro €16,50

## Flamenco y Gastronomía

En La Unión, municipio de la Región de Murcia limítrofe de la Trimilenaria ciudad de Cartagena, cada mes de agosto y, desde el año 1961, se viene celebrando ininterrumpidamente el Festival Internacional del Cante de las Minas. En esta ciudad minera y cantaora se dan cita durante estos días los artistas más consagrados del mundo del flamenco, así como jóvenes promesas de artistas emergentes que ansían alcanzar la codiciada “Lámpara Minera” o cualquier otro de los prestigiosos premios que dicho certamen otorga en las categorías de cante, guitarra, baile e instrumentos flamencos, suponiendo un gran trampolín para su carrera. Este festival y su extensa agenda cultural hacen que la ciudad de La Unión se convierta en la capital mundial del flamenco. El certamen está declarado de Interés Turístico Internacional.

Los Cantes Mineros y de Levante fueron declarados Bien de Interés Cultural de carácter inmaterial en 2010 y tienen su origen en los flujos migratorios masivos que, durante todo el siglo XIX, produjeron que se constituyeran grandes concentraciones demográficas y urbanas en los distritos mineros de Linares-La Carolina, Almería y la Sierra de Gádor, y la Sierra de Cartagena-La Unión.

El festival se celebra desde el año 1978 en el marco incomparable del Antiguo Mercado Público, un edificio modernista denominado “Catedral del Cante”. Se puede disfrutar en cuatro espacios desde donde se viven experiencias únicas empezando por la más importante: las “Galas y Concursos” que se desarrollan todas las noches en la Catedral. Otro punto de referencia es la “Avenida del Flamenco” situada frente a la Catedral, donde se realiza “El flamenco en la calle” dándose cita exhibiciones, actuaciones y otros eventos.

La Casa Palacio del Piñón es la sede de la “Agenda Cultural”, un edificio modernista que alberga al Ayuntamiento de La Unión. Cada tarde ofrece una nutrida agenda cultural con homenajes, representaciones, exposiciones, cursos y conferencias. La Mina “Agrupa Vicenta” - situada a 80 metros de profundidad

- es donde se realizan actuaciones flamencas y gastronómicas en formato reducido. Esta mina es el lugar estrella del “Parque Minero” y visitarla es una experiencia inolvidable.

El complemento indispensable del festival es la gastronomía de la zona. Por ello, cada año se celebra una exitosa “Ruta de la Tapa Minera” y, cuando se aproximan las fechas veraniegas, las reconocidas “Jornadas Gastronómicas del Cante de las Minas” que, este año, se hermanaron con la cocina andaluza. De este modo, se orientaron las jornadas a la gastronomía y flamenco de esta región del que es oriundo dicho cante y con la que La Unión se siente indisolublemente unida.

Este año fue su X edición. Se llevó a cabo en el Restaurante Los Churrascos donde se sirvió un menú muy singular - diseñado por José María Alcaraz y acompañado de cantes flamencos - consistente en jamón ibérico de bellota de Los Pedroches, por serrana; gazpacho andaluz con gamba blanca, por alegría; jamón salteado con habas y huevo poché, por bulerías; fritura andaluza con boquerones victorianos, tortita de camarones y cazón en adobo, por malagueña; rabo de toro al Pedro Ximénez con papas, por granaina; finalmente, el punto dulce fue leche frita flambeada y helado de turrón, por sevillanas. Todo regado con Barbadillo Blanco de Sanlúcar de Barrameda.

Pero también se disfruta en las calles de la ciudad minera de un rico tapeo y cenas entre veladas culturales celebradas en los rincones flamencos por excelencia del municipio: la Bodega Lloret, con su galería flamenca; El Vinagrero, con su Sala de Las Guitarras; La Tienda de Solita, un local con singular encanto de época; La Fragua; El Nuevo Minero; La Venta El Descargador; El Pariente; Herrerías; El Cristo de Los Mineros... y muchos más locales que funden el flamenco con la gastronomía, haciendo la ciudad si cabe más acogedora. Y termino con una reflexión: «La felicidad se alcanza cuando lo que uno piensa, lo que uno dice y lo que uno hace, están en armonía».

## Flamenco and Gastronomy

In La Unión, a municipality in the Region of Murcia bordering the three-thousand-year-old city of Cartagena, the International Festival of Cante de las Minas has been held uninterruptedly every August since 1961. The most renowned artists in the world of flamenco meet in this mining and flamenco-singing city during these days, as well as promising young emerging artists who long to win the coveted "Lámpara Minera" or any other of the prestigious awards that this competition grants in the categories of flamenco singing, guitar, dance and instruments, providing a great springboard for their careers. This festival and its extensive cultural agenda make the city of La Unión the world capital of flamenco. The competition has been declared of International Tourist Interest.

The Cantes Mineros and Cantes de Levante were declared an Asset of Cultural Interest of an intangible nature in 2010 and have their origin in the massive migratory flows that, throughout the 19th century, produced large demographic and urban concentrations in the mining districts of Linares-La Carolina, Almería and the Sierra de Gador, and the Sierra de Cartagena-La Unión.

The festival has been held since 1978 in the incomparable setting of the Old Public Market, a modernist building called the "Cathedral of Cante". It can be enjoyed in four spaces from which unique experiences can be lived, starting with the most important: the "Galas and Competitions" that take place every night in the Cathedral. Another point of reference is the "Avenida del Flamenco" located in front of the Cathedral, where "Flamenco in the street" takes place, bringing together exhibitions, performances and other events.

The Casa Palacio del Piñón is the headquarters of the "Cultural Agenda", a modernist building that houses the City Hall of La Unión. Every evening there is a packed cultural agenda with tributes, performances, exhibitions, courses and conferences. The "Agrupa Vicenta" Mine - located 80 metres below ground - is where flamenco and gastronomic performances are held in a small format. This mine is the star location of the "Parque Minero" and visiting it is an unforgettable experience.

The essential complement to the festival is the gastronomy of the area. For this reason, every year a successful "Ruta de la Tapa Minera" is held and, when the summer dates approach, the renowned "Jornadas Gastronómicas del Cante de las Minas" (Gastronomic Days of the Cante de las Minas) which, this year, were linked to

Andalusian cuisine. In this way, the days were oriented towards the gastronomy and flamenco of this region from which this song originates and with which La Unión feels inextricably linked.

This year was its 10th edition. It took place at the Los Churrascos Restaurant, where a very unique menu was served - designed by José María Alcaraz and accompanied by flamenco songs - consisting of acorn-fed Iberian ham from Los Pedroches, for serrana; Andalusian gazpacho with white shrimp, for alegría; sautéed ham with broad beans and poached egg, for bulerías; Andalusian fried food with Victorian anchovies, shrimp pancake and marinated dogfish, for malagueña; oxtail in Pedro Ximénez with potatoes, for granaina; finally, the sweet spot was flambéed fried milk and nougat ice cream, for sevillanas. All washed down with Barbadillo Blanco from Sanlúcar de Barrameda.

But you can also enjoy delicious tapas and dinners in the streets of the mining town between cultural evenings held in the flamenco corners par excellence of the municipality: the Bodega Lloret, with its flamenco gallery; El Vinagrero, with its Sala de Las Guitarras; La Tienda de Solita, a place with a unique period charm; La Fragua; El Nuevo Minero; La Venta El Descargador; El Pariente; Herrerías; El Cristo de Los Mineros... and many more places that fuse flamenco with gastronomy, making the city even more welcoming. And I end with a reflection: "Happiness is achieved when what one thinks, what one says and what one does are in harmony."



**Tomás M. Pagán**

Académico de Número de la Academia de Gastronomía de la Región de Murcia

# MANUEL MORENO



**ENTREVISTA AL NUEVO PRESIDENTE**  
*INTERVIEW WITH THE NEW PRESIDENT*





Próximo a la desembocadura del río Palmones, y de marcado acento mariner, se encuentra el famoso restaurante familiar: Restaurante El Copo. Al frente, D. Manuel Moreno: “Manolo, el del Copo” con trayectoria de referencia en la restauración española, ha asumido la presidencia de la primera Asociación de Restaurantes de España: la de Buena Mesa, fundada en 1974.

---

*Near the mouth of the Palmones River, and with a marked seafaring accent, is the famous family restaurant: Restaurante El Copo. At the helm, Mr. Manuel Moreno: “Manolo, el del Copo” with a leading track record in Spanish restaurants, has assumed the presidency of the first Restaurant Association in Spain: Buena Mesa, founded in 1974.*





MF: D. Manuel, para empezar, cuéntenos un poco sobre su trayectoria en la gastronomía y cómo llegó a ser el presidente de la Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España.

MM: Claro, llevo más de 60 años en el mundo de la gastronomía. Empecé en la cocina desde muy joven y poco a poco fui aprendiendo todos los aspectos del negocio. En 1979 fundé el Restaurante El Copo en Palmones, Cádiz, y con el tiempo nos convertimos en un referente en la zona. Gracias al trabajo duro y a la pasión por la buena mesa, fui invitado a unirme a la Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España y, hace poco, tuve el honor de ser elegido presidente.

MF: ¿Qué significa para usted liderar esta Asociación?

MM: Es un gran honor y una responsabilidad enorme. Nuestra asociación representa a algunos de los mejores restaurantes de España, y mi objetivo es continuar promoviendo la excelencia culinaria y el servicio de calidad que nos caracteriza. Además, es una oportunidad para impulsar iniciativas que beneficien a nuestros asociados y a la gastronomía española en general.

MF: Hablando de excelencia, ¿qué cree que hace que un restaurante se destaque en el competitivo mundo de la gastronomía?

MM: Creo que la clave está en la atención al detalle. Desde la selección de las mejores materias primas hasta la presentación de los platos y el servicio al cliente, cada aspecto cuenta. Además, es fundamental tener un equipo apasionado y bien formado, tanto en la cocina como en la sala.

**“La experiencia de un cliente es la suma de muchos pequeños detalles que, cuando se ejecutan bien, crean una experiencia inolvidable. Nos tocan tiempos difíciles en la economía personal y el esfuerzo es diario.”**

*MF: Mr. Manuel, to start, tell us a little about your career in gastronomy and how you became the president of the Association of Buena Mesa Restaurants in Spain.*

*MM: Of course, I have been in the world of gastronomy for over 60 years. I started in the kitchen at a very young age and little by little I learned all the aspects of the business. In 1979 I founded the El Copo Restaurant in Palmones, Cádiz, and over time we became a reference in the area. Thanks to hard work and a passion for good food, I was invited to join the Association of Restaurants of Good Food Spain and, recently, I had the honour of being elected president.*

*MF: What does it mean to you to lead this Association?*

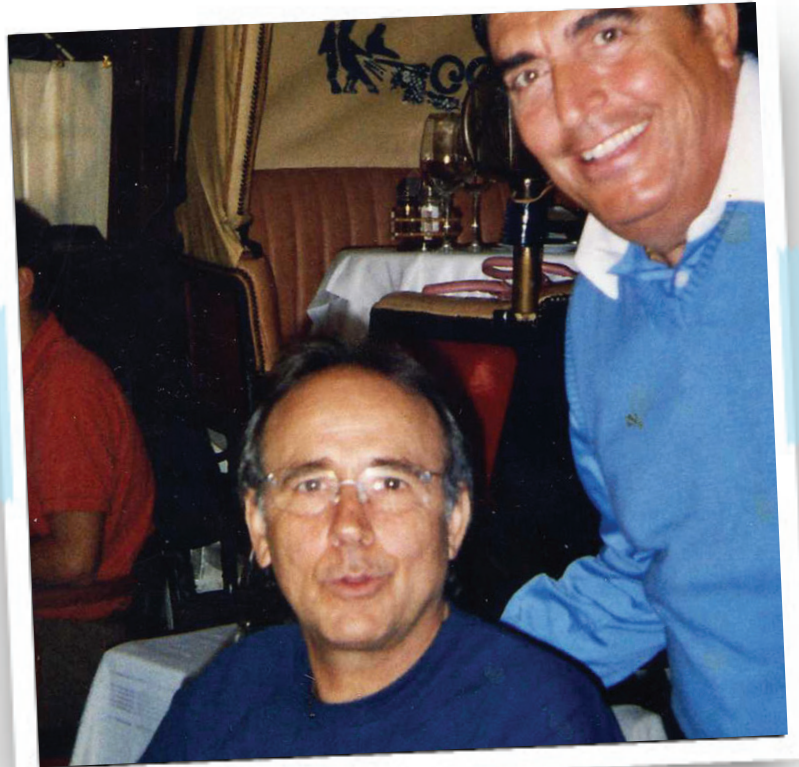
*MM: It is a great honour and a huge responsibility. Our association represents some of the best restaurants in Spain, and my goal is to continue promoting the culinary excellence and quality service that characterises us. In addition, it is an opportunity to promote initiatives that benefit our members and Spanish gastronomy in general.*

*MF: Speaking of excellence, what do you think makes a restaurant stand out in the competitive world of gastronomy?*

*MM: I think the key is attention to detail. From selecting the best raw materials to the presentation of the dishes and customer service, every aspect counts. In addition, it is essential to have a passionate and well-trained team, both in the kitchen and in the dining room.*

***“A customer’s experience is the sum of many small details that, when executed well, create an unforgettable experience. We are facing difficult times in our personal economy and the effort is daily.”***





MF: En su opinión, ¿cómo ha influido la Asociación de Restaurantes de Buena Mesa España en la gastronomía del país?

MM: La asociación ha jugado un papel crucial en la promoción de la calidad y la innovación en la gastronomía española. A través de nuestras actividades y eventos, hemos podido compartir conocimientos y mejores prácticas entre nuestros miembros, lo que eleva el estándar de la industria en su conjunto. Además, hemos trabajado para destacar la importancia de la gastronomía en la cultura y economía española, atrayendo tanto a turistas como a amantes de la buena mesa locales.

MF: ¿Cómo ve el futuro de la restauración en España? ¿Cuáles son los principales retos de los restaurantes?

MM: El futuro de la restauración en España es prometedor y lleno de oportunidades, pero también viene con sus desafíos. En primer lugar, estamos viendo una tendencia creciente hacia la sostenibilidad y la responsabilidad medioambiental. Los clientes son cada vez más conscientes del impacto de sus elecciones y buscan restaurantes que utilicen productos locales, de temporada, y que implementen prácticas sostenibles. En alza están las tapas en muchos lugares.

Otro aspecto importante es la digitalización. La tecnología está cambiando la forma en que operamos, desde las reservas online hasta el uso de aplicaciones para pedidos y la gestión eficiente de recursos en la cocina. Adaptarse a estas nuevas herramientas es esencial para mantenerse competitivo.

En cuanto a los retos, uno de los principales es la escasez de personal cualificado. La formación y retención de talento en la industria de la restauración es crucial. Debemos invertir en la educación y formación continua de nuestros equipos para asegurar que estén preparados para los desafíos actuales y futuros.

*MF: In your opinion, how has the Association of Restaurants of Good Food Spain influenced the gastronomy of the country?*

*MM: The association has played a crucial role in promoting quality and innovation in Spanish gastronomy. Through our activities and events, we have been able to share knowledge and best practices among our members, which raises the standard of the industry as a whole. In addition, we have worked to highlight the importance of gastronomy in Spanish culture and economy, attracting both tourists and local food lovers.*

*MF: How do you see the future of catering in Spain? What are the main challenges for restaurants?*

*MM: The future of catering in Spain is promising and full of opportunities, but it also comes with its challenges. Firstly, we are seeing a growing trend towards sustainability and environmental responsibility. Customers are increasingly aware of the impact of their choices and are looking for restaurants that use local, seasonal products and implement sustainable practices. Tapas are on the rise in many places. Another important aspect is digitalisation. Technology is changing the way we operate, from online bookings to using ordering apps and efficiently managing resources in the kitchen. Adapting to these new tools is essential to staying competitive. As for challenges, one of the main ones is the shortage of qualified staff. Training and retaining talent in the restaurant industry is crucial. We must invest in the ongoing education and training of our teams to ensure they are prepared for current and future challenges.*

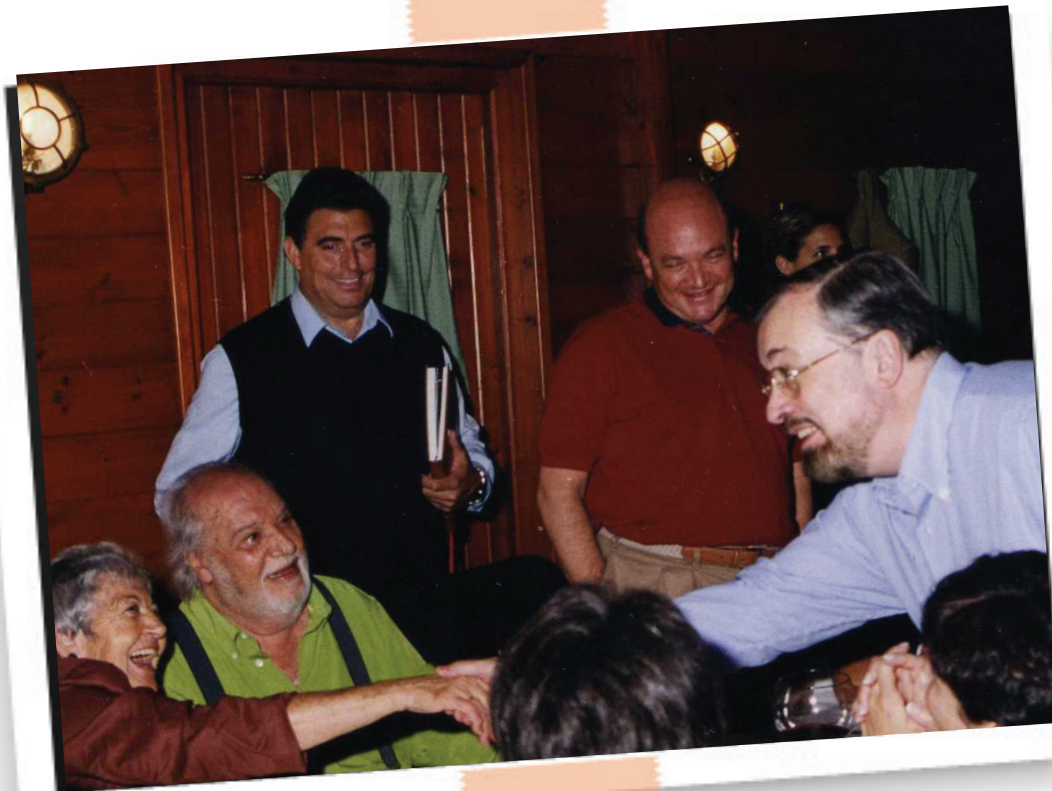


El COPO

Manuel Moreno

CLUB DE ORO  
DE LA MESA ANDALUZA







Además, la economía y los cambios en el comportamiento del consumidor, como el aumento del teletrabajo, están afectando la demanda y la frecuencia con la que la gente sale a comer. Los restaurantes deben ser flexibles y adaptarse a estas nuevas dinámicas, ofreciendo experiencias únicas y valor añadido para atraer a los clientes. Por último, la competencia es cada vez mayor, no solo a nivel nacional sino también internacional. Los restaurantes españoles deben seguir innovando y destacándose por su calidad y autenticidad, manteniendo la rica tradición culinaria que nos caracteriza mientras incorporamos nuevas tendencias y técnicas.

En resumen, veo un futuro brillante para la restauración en España, siempre y cuando sigamos evolucionando, adoptando prácticas sostenibles, invirtiendo en tecnología y, sobre todo, en nuestro capital humano. Como nuestro eslogan dice: “Familia, Tradición y Buen Hacer”.

MF: Volviendo a El Copo, ¿qué novedades pueden esperar los comensales que visiten su restaurante?

MM: Siempre estamos buscando innovar y mejorar. Este verano, hemos incorporado algunos platos nuevos que destacan productos locales de temporada. También hemos renovado nuestra carta de vinos para incluir una selección más amplia de vinos andaluces. Y, como siempre, nuestros clientes pueden esperar el mismo nivel de calidad y servicio que nos caracteriza.

MF: Para finalizar, ¿qué mensaje le gustaría transmitir a los miembros de la asociación y a los comensales que disfrutan de la Buena Mesa?

MM: A los miembros de la Asociación, quiero agradecerles por su dedicación y esfuerzo constante. Juntos, estamos haciendo una gran diferencia en la gastronomía española. A los comensales, les invito a seguir disfrutando de la Buena Mesa y a apoyarnos en nuestra misión de ofrecer experiencias gastronómicas inolvidables. ¡Feliz verano a todos!

*Furthermore, the economy and changes in consumer behavior, such as the increase in teleworking, are affecting demand and the frequency with which people eat out. Restaurants must be flexible and adapt to these new dynamics, offering unique experiences and added value to attract customers.*

*Lastly, competition is increasing, not only nationally but also internationally. Spanish restaurants must continue to innovate and stand out for their quality and authenticity, maintaining the rich culinary tradition that characterizes us while incorporating new trends and techniques.*

*In short, I see a bright future for the restaurant industry in Spain, as long as we continue to evolve, adopting sustainable practices, investing in technology and, above all, in our human capital. As our slogan says: “Family, Tradition and Good Work.”*

MF: Returning to El Copo, what new things can diners who visit your restaurant expect?

MM: We are always looking to innovate and improve. This summer, we have incorporated some new dishes that highlight local, seasonal products. We have also revamped our wine list to include a wider selection of Andalusian wines. And, as always, our customers can expect the same level of quality and service that characterizes us.

MF: Finally, what message would you like to convey to the members of the association and to the diners who enjoy the Buena Mesa?

MM: To the members of the Association, I want to thank you for your dedication and constant effort. Together, we are making a big difference in Spanish gastronomy. To the diners, I invite you to continue enjoying the Buena Mesa and to support us in our mission to offer unforgettable gastronomic experiences. Happy summer to all!





## El fango

En estas últimas semanas nos están entreteniéndolo con una palabra que está generando grandes debates, críticas y polémicas: fango. Nuevamente dentro de ese circo como calificué en anterior post, se malgasta el tiempo en hablar, criticar a diestro y siniestro en lugar de debatir los asuntos serios para nuestra sociedad.

Hasta hace poco tocaba el turno en tirar piedras a modo de lapidación verbal y publica contra algunos familiares de ciertos diputados; se ha cambiado el mensaje y toca hablar, a veces en términos de cierta bajeza, de un material denominado “el fango” que, hasta hace poco, servía para construir edificios entre otras aplicaciones. De nuevo se evita hablar de lo realmente importante y necesario: la economía de base, reformas sociales, control del fastuoso gasto público y del futuro de nuestra sociedad. El fango según nuestra importante Real Academia de la lengua española se define como: Lodo glutinoso que se forma generalmente con los sedimentos térreos en los sitios donde hay agua detenida.

Pues bien, hace miles de años en el Neolítico, ese material: tierra con agua, fue un elemento primordial en la construcción no solo de vasijas para guardar alimentos sino también formar unas piezas sólidas. Recalco “sólidas”. Parece que el origen del barro cocido como material de construcción, se dio en Mesopotamia, una de las hiladas de ladrillo más antiguas descubiertas son anteriores a 7500a.C. en el valle donde confluye las fronteras de lo que hoy son Iraq, Irán, y Siria.

Entre muchas otras aplicaciones del barro, cito algunas:

Los romanos construían tinajas (ánforas) para con ellas conservar y transportar alimentos.

En distintas culturas del Nuevo Mundo era habitual conservar restos humanos. En las antiguas viviendas, habitualmente se disponían de una o varias tinajas (hechas con fango) donde se almacenaba el agua. Aplicado sobre la piel, tiene un efecto hidratante y exfoliante, El ladrillo hecho de fango es resistente y duradero. Con el famoso fango o arcilla o tierra con agua, hemos construido nuestras primeras edificaciones.

Sería muy adecuado que ese fango que nombran con tanta pasión de forma despótica, lo reconvirtieran en algo positivo: sumar esfuerzos en lugar de destruir. Sumar ideas y construir unidos un edificio simbólico que nos aporte mejoras a todos nosotros. Sumar en lugar de restar. Unidad, acuerdos serios pensando en todos y para todos. Construir con ese fango en lugar de dejar que siga siendo lodo, porque el lodo hunde a la sociedad. Y si no saben construir con el fango, en lugar de utilizar la palabra para embarrar, por favor cambien de profesión, váyanse. Necesítanos constructores que tomen esa tierra con agua y unidos la conviertan en edificios con mucha solidez.

Nos hace falta construir en lugar de destruir, y esas simbólicas piedras que utilizaban antes para lapidar a familiares de ciertos parlamentarios, pueden en lugar de lanzaras, mezcladas con el fango para darle todavía mas resistencia a nuestro edificio.

## The mud

*In recent weeks we have been entertained with a word that is generating great debates, criticism and controversy: mud. Once again, within this circus, as I described in a previous post, time is wasted talking, criticizing right and left instead of debating serious issues for our society.*

*Until recently, it was the turn of throwing stones as a verbal and public stoning against some relatives of certain deputies; the message has changed and it is time to talk, sometimes in terms of a certain baseness, about a material called "mud" that, until recently, was used to build buildings among other applications. Once again, they avoid talking about what is really important and necessary: the basic economy, social reforms, control of lavish public spending and the future of our society. Mud according to our important Royal Academy of the Spanish language is defined as: Glutinous mud that is generally formed with earth sediments in places where there is standing water.*

*Well, thousands of years ago in the Neolithic, this material: earth with water, was a primary element in the construction not only of vessels to store food but also to form solid pieces. I emphasize "solid". It seems that the origin of baked clay as a construction material was in Mesopotamia, one of the oldest brick rows discovered is before 7500 BC in the valley where the borders of what are now Iraq, Iran, and Syria meet.*

*Among many other applications of clay, I cite some: The Romans built jars (amphorae) to preserve and transport food.*

*In different cultures of the New World it was common to preserve human remains. In ancient homes, there were usually one or several jars (made of mud) where water was stored. Applied to the skin, it has a moisturizing and exfoliating effect. Brick made of mud is resistant and durable. With the famous mud*

*or clay or earth with water, we have built our first buildings.*

*It would be very appropriate that this mud that they name with such passion in a despotic way, be reconverted into something positive: joining forces instead of destroying. Joining ideas and building together a symbolic building that brings improvements to all of us. Adding instead of subtracting. Unity, serious agreements thinking of everyone and for everyone. Building with this mud instead of letting it remain mud, because mud sinks society. And if you do not know how to build with mud, instead of using the word to muddy, please change your profession, go away. We need builders who take this earth with water and together turn it into buildings with great solidity.*

*We need to build instead of destroy, and those symbolic stones that were used before to stone the relatives of certain parliamentarians, can instead of being thrown, be mixed with the mud to give even more resistance to our building.*



**Lorenzo Roca**

RocaLorenzo.com

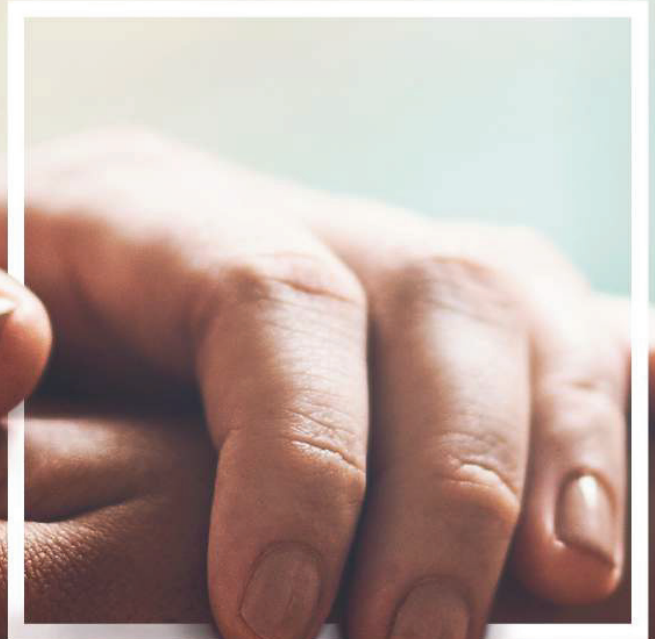
# EN TU DECLARACIÓN DE LA RENTA

marca las 2 casillas de asignación solidaria y elegirás que el 1,4% de tus impuestos sea para ayudar a quién más lo necesita.

$$0,7\% \boxed{X} + \boxed{X} 0,7\% = 1,4\%$$



Iglesia católica



Fines sociales

**NO CUESTA  
NADA AYUDAR**

**X DOS**

**#AyudaXdos**

Guía de Restaurantes  
de Buena Mesa España

MORROFINO

Buena Mesa España  
Restaurants Guide



Buena Mesa **España**  
ASOCIACIÓN DE RESTAURANTES





**SERHOTEL**

**SUMINISTROS ESPECIALES PARA HOSTELERÍA**

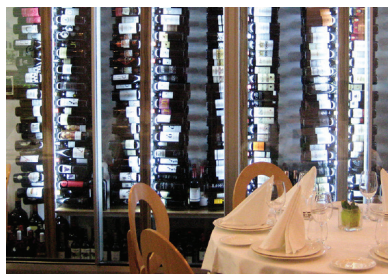
*San Rafael*

*Desde 1960*

Pol. Ind. "El Mugrón" - C/. Tejares, 14  
02640 **ALMANSA** (Albacete)  
Atención al cliente: 692 033 032  
Telf. 691 869 694

[www.suministroshosteleros-serhotel.com](http://www.suministroshosteleros-serhotel.com)  
[juancuenca.serhotel@gmail.com](mailto:juancuenca.serhotel@gmail.com)  
[info@suministroshosteleros-serhotel.com](mailto:info@suministroshosteleros-serhotel.com)

## Albacete



### ASADOR CONCEPCIÓN

Cocina sofisticada con sabores manchegos.  
[info@asadorconcepcion.com](mailto:info@asadorconcepcion.com)  
 Tel. 967 524 350  
 Familia Rosendo  
 Concepción, 5.  
 02002 Albacete



### RESTAURANTE PINCELÍN

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

## Alicante



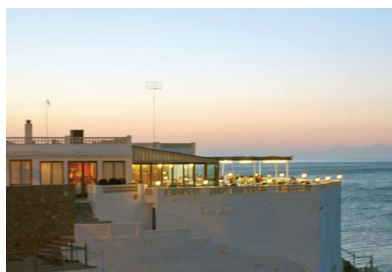
### RESTAURANTE FRONTERA

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



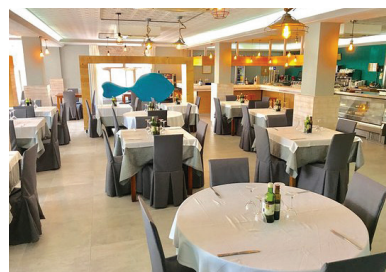
### RESTAURANTE BATISTE

Cocina mediterránea.  
[info@restaurantebatiste.es](mailto: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 BLANCA BRISA

Cocina mediterránea, europea y española.  
contacto@blancabrisa.com  
Tel. 950 370 001  
Las Joricas, 49  
04150 Cabo de Gata  
[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

## 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 CASA BIGOTE

Cocina marinera al más puro estilo de abordó  
bigote@restaurantecasabigote.com  
Tel. 956 362 696  
Pórtico de Bajo Guía, 10  
11540 Sanlúcar de Barrameda | 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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:elcaballorojo@elcaballorojo.com)

Tel. 957 475 375

María Escribano

Cardenal Herrero, 28 | 14003 Córdoba

## Gerona



### RESTAURANTE EL CHURRASCO

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



### RESTAURANTE DURÁN HOTEL

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

## Granada



### RESTAURANTE LA TABERNA DE ALMODÓVAR

Casa de comidas del siglo XXI  
angelsanchez@latabernadealmodovar.com  
Tel. 957 940 333  
C. de Benito Pérez Galdós, 1,  
14001 Córdoba



### RESTAURANTE CHIKITO

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



## RESTAURANTE OLEUM

Cocina tradicional.

[gregoriogarcia@restauranteoleum.com](mailto:gregoriogarcia@restauranteoleum.com)

Tel. 958 295 357

Gregorio García

San Antón, 81

18005 Granada



## RESTAURANTE LAS TINAJAS

Cocina tradicional andaluza con

pequeños toques de innovación.

[restaurantelastinajas@hotmail.es](mailto:restaurantelastinajas@hotmail.es)

Tel. 958 254 393

Carlos Nestares y José Álvarez

Martínez Campos, 17 | 18002 Granada



## RESTAURANTE RUTA DEL VELETA

Cocina creativa con raíces autóctonas.

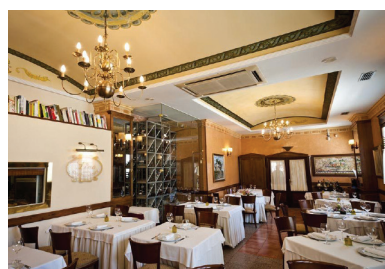
[miguelpedraza@rutadelveleta.com](mailto:miguelpedraza@rutadelveleta.com)

Tel. 958 486 134 | 958 481 201

Miguel y José Pedraza Velázquez

Ctra. de Sierra Nevada, 136.

18190 Cenes de la Vega [Granada]



## RESTAURANTE LINO

Alta cocina española.

[info@grupolino.com](mailto: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

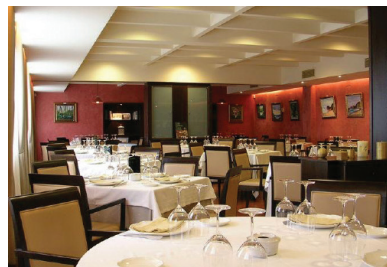
beti.huelva@gmail.com

Tel. 959 257 528

Juan Francisco Martín

C/ Vázquez López, 22 | 21001 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

## Jaén



### RESTAURANTE JUANITO

Cocina tradicional.

juanito@juanitobaeza.com

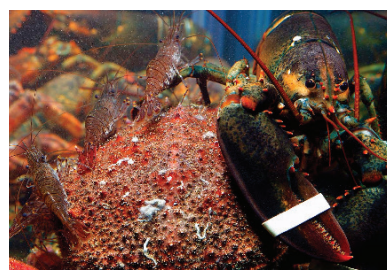
Tel. 953 740 040

Familia Salcedo

Paseo Arca del Agua, s/n

23440 Baeza [Jaén]

## 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]

# Madrid



## RESTAURANTE AMPARITO ROCA

Cocina moderna de inspiración regional.  
[cuantanos@amparitoroca.com](mailto:cuantanos@amparitoroca.com)  
 Tel. 913 48 33 04  
 Jesús Velasco Moreno  
 C/ Juan Bravo, 12 | 28006 Madrid



## RESTAURANTE EL PICACHUELO

Cocina Española, sierra y mercado.  
[info@elpicachuelo.es](mailto:info@elpicachuelo.es)  
 Tel. 918 68 60 74  
 Ctra. De Cervera km. 1,5  
 28192 El Berrueco  
 [Madrid]



## RESTAURANTE CASA LUCIO

Cocina castellana y de mercado.  
[info@casalucio.es](mailto:info@casalucio.es)  
[mari@casalucio.es](mailto:mari@casalucio.es)  
 Tel. 913 653 252 | 913 658 217  
 Lúcio Blázquez y Familia  
 Cava Baja, 35 | 28005 Madrid



## RESTAURANTE PORTONOVO

Cocina atlántica.  
[portonovo@grupoportonovo.es](mailto: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 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

## Málaga



### 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



### 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.

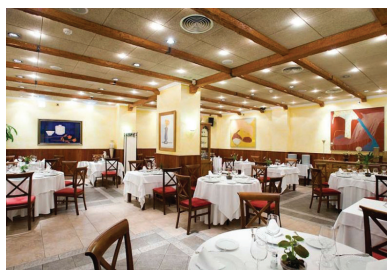
reservas@loschurrascos.com

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

## San Sebastián



### RESTAURANTE VENEZUELA

Cocina mediterránea.

[info@restaurantevenezuela.com](mailto:info@restaurantevenezuela.com)

Tel. 968 181 515 | 968 182 021

Fernanda, Sra. de Anastasio Giménez

C/ Campoamor, 1

30740 Lo Pagán [Murcia]



### RESTAURANTE ARZAK

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

[restaurantearzak.es](mailto:restaurantearzak.es)

Tel. 943 278 465

Juan Mari Arzak Arratibel

Alto de Miracruz, 21 | 20015 San Sebastián

## Palencia



### RESTAURANTE SAN REMO

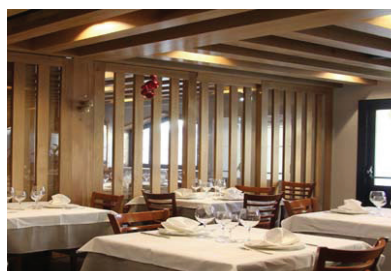
Cocina de abuela con toques de fusión de  
texturas y sabores.

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

Tel. 979 712 163

Alberto Villegas Villegas

Av. Brasilia, 2 | 34004 Palencia



### RESTAURANTE ARATZ

Cocina tradicional con toque de modernidad.

[info@restaurantearatz.com](mailto:info@restaurantearatz.com)

Tel. 943 219 204

Familia Zabaleta Kortazar

Igara Bidea 15

20018 San Sebastián

## Segovia



### RESTAURANTE DUQUE

Cocina tradicional  
castellana.

[info@restauranteduque.es](mailto:info@restauranteduque.es)

Tel. 921 462 487

Marisa Duque

Cervantes, 12 | 40001 Segovia



### RESTAURANTE MESÓN DE CÁNDIDO

Cocina tradicional castellana.

[candido@mesondecandido.es](mailto:candido@mesondecandido.es)

Tel. 921 425 911

Familia Cándido

Plaza de Azoguejo, 5 | 40001 Segovia

## Sevilla



### RESTAURANTE JOSÉ MARÍA

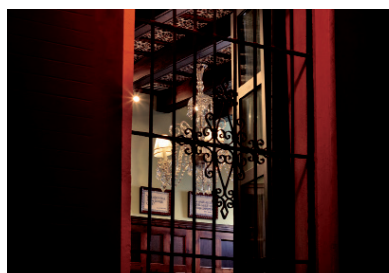
Cocina tradicional segoviana  
con toques de innovación.

[reservas@restaurantejosemaria.com](mailto:reservas@restaurantejosemaria.com)

Tel. 921 466 017 | 921 461 111

José María Ruiz Benito

Cronista Lecea, 11 | 40001 Segovia



### RESTAURANTE CASA ROBLES

Cocina tradicional andaluza.

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

Tel. 954 213 150

Pedro Robles Cruzado

Álvarez Quintero, 58

41004 Sevilla

## Toledo



### RESTAURANTE EL ESPIGÓN

Cocina marinera.

[elespigon@gmail.com](mailto: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](mailto:restaura@adolfo-toledo.com)

[comunicacion@adolfo-toledo.com](mailto:comunicacion@adolfo-toledo.com)

Tel. 925 227 321 | 639 938 140

Calle Hombre de Palo, 7

45001 Toledo



### RESTAURANTE MANOLO MAYO

Cocina tradicional andaluza.

[restaurante@manolomayo.com](mailto:restaurante@manolomayo.com)

Tel. 955 811 086

Hermanos Mayo Cabrera

Av. de Sevilla, 29

41720 Los Palacios y Vilafraña [Sevilla]



### EL CAPRICO DE LOS TORRES

Cocina de vanguardia con toques

tradicionales, brasa y carnes.

[info@gastrobarelcapricho.es](mailto:info@gastrobarelcapricho.es)

Tel. 925 160 734 | 617 485 263

Carlos Torres. Av. de la Mancha, 24

45860 Vilacañas [Toledo]



## 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



## RESTAURANTE LA NORIA

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

# Valencia



## RESTAURANTE EN-BOGA BAR

Cocina tradicional mediterránea.  
enbogabar@gmail.com  
Tel. 961 132 052  
Av. Aragón, 16  
46021 Valencia



## RESTAURANTE ROCALLA

Arroces y brasas  
info@restauranterocalla.com  
Tel. 699 327 996  
Av. Instituto Obrero, 20  
46013 Valencia

## Zaragoza



### RESTAURANTE SETAYGUES

Producto, receta y tradición.  
sachanatur@gmail.com  
Tel. 650 224 950  
Familia Cándido  
Av. Cerro, 15 | 46392 Siete Aguas



### 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

## Valladolid



### PARRILLA VINOTINTO

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



**Buena Mesa España**  
ASOCIACIÓN DE RESTAURANTES

**FAMILIA, TRADICIÓN Y BUEN HACER.**

PRIMERA ASOCIACIÓN DE RESTAURANTES DE ESPAÑA FUNDADA EN 1974

RESERVA DE LA FAMILIA.  
VITICULTURA ECOLÓGICA

BRUT NATURE  
GRAN RESERVA

Juvé & Camps

RESERVA DE LA FAMILIA

2015

Botella nº 04061

CAVA