ALC

CULTURA GASTRONÓMICA

LA FELICIDAD Y LA COMIDA

(UNA HISTORIA DE AMOR EN ALCORCÓN)

UN PROYECTO EN COMÚN

Cocineros, hosteleros, camareros, pasteleros, sumilleres y todo tipo de profesionales dedicados a mejorar la vida de sus clientes. De Alcorcón, de Madrid o de otras partes de España. Todos ellos han estado presentes de una manera o de otra en el proyecto en marcha que constituye Alcorcón Cultura Gastronómica: en el certamen, en el foro, en la web y, muy particularmente, en esta revista que llega al quinto número. Juntos hemos mostrado cómo la hostelería de Alcorcón puede superar expectativas, vencer todos los retos y lograr lo que se proponga. A los que han pasado por estas páginas y a todos los demás; a los que han aportado su granito de arena pensando en un futuro en común, sólo una palabra: **gracias**.

01 Rosa Calvo, repostera. **Artesanos del Café Y Té**. Las Fraguas, 6. 916891266.

02 Andrés Arévalo, jefe de sala.

03 Tarik Naim Saidani, jefe de cocina. **Aurum Fusión**. Parque Los Castillos. 910744348.

04 Bernardi Taviro, propietaria. **Vinotropía**. Los Sauces, 7. 911 10 41 92.

05 Paco Agea, cocinero **Carpe Diem**. Gardenias, 11. 911564698.

06 Samira Belorche, cocinera

07 Nina Santana, propietaria. **Cafetería del Centro de Empresas**. Quimicas, 2 912888864

08 Julián Abad, propietario. **De Julián** Argentina, 3. 916210794.

09 Neti Petru, dependienta. **El Carmen**. Retamas, 37. 916444381.

10 Álvaro Fernández, propietario. **El Granero**. Tablas de Daimiel, 6. 912883394.

11 Fabián Moreno, propietario. **Mi Candela**. Retamas, 76. 916436056.

12 Qiao Lian, propietaria.

13 Tao Gao, cocinero. **Feng**. Islas Cíes, 3. 916427158.

14 Carmen Fernández, cocinera.

15 Antonio Fernández, propietario. **Ingazu**. Castilla, 7. 910224489.

16 Joan Roca, cocinero. **El Celler de Can Roca**. Can Sunyer, 48, (Girona). 972 22 21 57

17 Kristina Zapizostka, administradora. **Kasiba**. Islas Cíes, 7. 910441850.

18 Marta Esteban, propietaria. **La Perdiz**. Travesía Mayor, 10. 657 45 91 58.

19 Irma Bravo, cocinera. **Los caracoles**. Mayor, 68. 600587492.

20 Luis Suárez de Lezo, empresario. Presidente de la **Academia Española de Gastronomía**.

21 Marcos Sabugo, propietario. **Hermanos Sabugo**. Colón, 17. 916434728.

22 Marilene Domingos, propietaria. **Mesón Los Arcos**. Munich, 4. 607401906.

23 Mario Sandoval, cocinero. **Coque**. Marqués del Riscal, 1 (Madrid). 916040202.

24 Carlos G. Torres, cocinero. **Masa Madre Vegan Food**. Amapolas, 10. 912871298.

25 Dani Ochoa, cocinero. **Montia**. Juan de Austria, 7 (San Lorenzo de El Escorial). 911336988.

26 Vega Muñoz, propietaria. **Pastelería Muñoz Centro**. Paseo Castilla, 1. 916195503.

27 Avelino Muñoz, propietario

28 David Muñoz, repostero. **Pastelería Muñoz Valderas**. Plaza Constitución, 27. 916193211.

29 Nuria Minayo, cocinera. **La Boca Agua**. Polvoranca, 66. 603010424.

30 Eladio Fernández, propietario. **O'Pulpiño**. Carballino, 27. 916110251.

31 Carlos Martínez, cocinero. **Oam Thong**. Parque Bujaruelo, 15. 913075555.

32 Jose Luis Amaya, cocinero. **Al Oeste Del Pisco**. Retamas, 80. 916442465.

33 Gloria Barreto, repostera. **Orinoco Cakes**. Mayor 4. 636493813.

34 Gloria Salazar, cocinera. **Orinoco Healthy Food**. Los Cantos, 17. 641527122

35 Paula Beer, repostera. **Nude Cake**. Príncipes De España, 1. 688250117.

36 Roberto Navidades, cocinero. **Casa Delapio**. Plaza de Toros, 7 (Aranjuez). 918920982.

37 Sherwin Huab, cocinero. **Kaona Fusión**. Porto Cristo, 1. 913075831.

38 Álex Moreno, propietario. **Siete Tragos**. Colón, 15. 633389107.

39 Pablo García, cocinero. **Tapeo Bros**. Plaza Sierra de Gredos 3. 665891361.

40 Javier Carrera, propietario. **Vagalume**. Libertad, 15. 608716755.

41 Yuliana Yancu, cocinera.

42 Francisco José Muñoz, propietario. **Muver Plaza**. Clavel, 1. 916121731.

43 Daniel Díaz Morón, propietario.

44 Rocío Díaz Morón, propietaria.

45 Sandra Chou, camarera.

46 Álvaro Díaz Morón, propietario. **Bacterio Brewing Co**. Retamas, 10. 633937758.

47 Mina Barhum, cocinera. **El Flor**. Los Pinos, 48. 910240577.

48 Rafael Bellido, sumiller. Secretario de la **UAES**.

49 Saray Terán, encargada. **Coffee Life**. Islas Cíes, 1. 9105483927

50 Paco Somoza, repostero. Maestro Pastelero de **Viena Capellanes**.

01	02	03	04	05
06	07	08	09	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25

26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40
41	42	43	44	45
46	47	48	49	50

Nº 5 PRIMAVERA / VERANO 2023

Menú

P.06
Un **Aperitivo** a base de noticias y secciones como Platos paralelos, Vecinos, una entrevista a Joan Roca y mucho más.

P.12
Paseo por las cocinas del tercer certamen **Alcorcón Cultura Gastronómica.**

P.14
Psicólogos, nutricionistas, cocineros y una *winestar* nos hablan de **la receta de la felicidad**.

P.20
Sobremesa con el presidente de la Academia Madrileña de Gastronomía, **Luis Suárez de Lezo**.

P.22
Jugar con la comida: tapas vs tapas.

P.26
Nos citamos en cinco restaurantes locales para una **Noche de fiesta.**

P.30
Viaje a los años 50 para tomar un chato en las **antiguas tabernas de Alcorcón.**

P.34
Charla gastronómica con **Raquel Rodríguez Tercero.**

P.36
Las soluciones de Esmasa a los **residuos orgánicos.**

P.38
Recorremos Alcorcón **de letrero en letrero.**

Edita
Imepe Alcorcón.
Calle Industrias, 73.
28923 Alcorcón, Madrid.

Diseño
M&Ms studio

Impresión:
Equmedia XL.

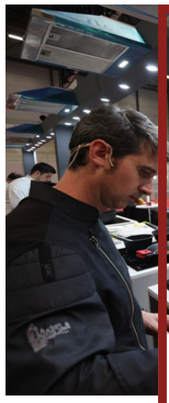
Fotografía:
Ignacio López Isasmendi, Rafael de Rojas y restaurantes y establecimientos de Alcorcón.

Depósito Legal:
M-35734-2021

Suscripciones en:

Reservados todos los derechos.
Ni la totalidad, ni parte de esta publicación, pueden reproducirse o transmitirse por ningún tipo de procedimiento electrónico y mecánico, incluidos los de fotocopia, grabación magnética o cualquier almacewnamiento de información y sistema de recuperación, sin permiso escrito del autor.

NOTICIAS



Un Salón Gourmets alcorconero

El Salón Gourmets llega a su 36ª edición con una importante novedad: la celebración de la final del **III Certamen Alcorcón Cultura Gastronómica** en su escenario. La consolidada feria internacional de alimentación y bebidas de calidad se celebrará del 17 al 20 de abril en el recinto ferial de Ifema de Madrid. Con un tamaño equivalente a 10 campos de fútbol, la feria ha anunciado para este año la presencia de 2.000 expositores y 55.000 productos, además de una previsión récord de más de 100.000 visitantes. *"El mayor encuentro de profesionales del sector en torno al mejor producto"*, como lo definen desde Gourmets, es el lugar de referencia donde descubrir nuevas tendencias y asistir a lanzamientos nacionales

...Y comieron perdices

No es tan común como dicen que la historia se repita. Por eso es tan buena noticia que se recupere un restaurante histórico de Alcorcón como **La Perdiz** (Travesía Mayor, 10), tras 25 años cerrado. La promotora de la reapertura, Marta Esteban, asegura que *"fue uno de los pocos restaurantes que había en Alcorcón, y, cuando hubo más, seguía siendo el mejor. Por eso no queríamos tocar mucho el local y por eso hemos mantenido el nombre"*. Arranca dándole cuidando los desayunos (con aguacate o jamón) y con menús y raciones caseras.

Orgullosos de repetir

Los alcorconeros han vuelto a elegir al restaurante **Carpe Diem** (Gardenias, 11) como su favorito entre los que probaron durante 2022. El restaurante, situado en la zona de San José de Valderas, ya había conseguido la misma distinción hace un año. Con platos icónicos como el arroz meloso con bogavante o el pulpo a la parrrilla con mojo rojo, convenció al 21 por ciento de los votantes en la encuesta promovida por el grupo de Facebook *Orgullos@s de Alcorcón*. Los siguientes puestos fueron para El Acebo y El Fermín.

Que viva la tinta

La web **alcorconhoy.com** por fin se puede tocar. Con 30.000 ejemplares, periodicidad mensual y más de 200.000 lectores por edición. el portal de información local más leído de Alcorcón ha lanzado su versión impresa. Al igual que en su encarnación internetera, el periódico atiende a las novedades gastronómicas y hosteleras junto al resto de la actualidad local. Los ejemplares se buzonean y se reparten en 40 puntos de la ciudad.

Si la sopa es buena

"Nunca es tarde si la sopa es buena" decía Gómez de la Serna. Para demostrarlo en su literalidad, los fanáticos del cocido extienden su reino a la primavera. Así lo hace la Ruta del Cocido Madrileño, que seleccionó al restaurante **D'Juan** (Plaza de Pontevedra, 14) de Alcorcón en su XIII edición. El cocido alcorconero fue el único de los 38 participantes que competía en el sur y fue también el que lo hacía con el precio más bajo: 12 euros. Aun con el concurso finalizado, se puede probar en D'Juan todos los miércoles y sábados.

Butifarra en las gyozas

Sherwin Huab, el chef filipino que logró la proeza de ganar los premios a Mejor Tapa y Mejor Plato en el I Certamen Alcorcón Cultura Gastronómica de la mano del restaurante Kasiba, ha abierto su propio proyecto: **Kaona Fusión** (Porto Cristo, 1). En su nuevo restaurante continúa desarrollando su amalgama de cocina tradicional filipina y japonesa con acento español y toques experimentales. Con platos como el ceviche de carabineros, los rollitos de rabo de toro o las gyozas de butifarra.

Del Chusko al podio

El chusco, la encarnación más humilde del pan, es el evocador nombre que se apropió para bautizarse **Chusko** (El Jacinto, 1). El obrador ha resultado finalista en el V Campeonato de Roscones Artesanos de la Comunidad de Madrid organizado por el Gastroactitud. El establecimiento se ha hecho un hueco en el corazoncito goloso de los alcorconeros con sus panes artesanos de masa madre natural o sus donuts caseros. Desde Gastroactitud consideran que *"en el sur de Madrid están de suerte"* y distinguieron el roscón como uno de los diez mejores de la región: *"un brioche clásico de textura esponjosa, con ralladura de naranja, azahar y almendra; con un aroma persistente y un sabor equilibrado y elegante"*.

Las torrijas viajeras

Las torrijas de Nude Cake (Plaza Príncipes de España, 1) están entre las mejores de Madrid. Lo dicen los promotores del Concurso Mejores Torrijas de Restauración de la Comunidad de Madrid, Acyre, que las ha distinguido con su tercer premio tanto en la modalidad Tradicional, como en la de Innovador, donde se presentaba con una de tiramisú. Las torrijas de la confitera Paila Beer (*"al horno, con menos grasa, como se hacían años atrás"*) también han sido seleccionadas entre las 50 mejores de España en el VIII Concurso Nacional De Torrijas de Astorga (León). *"Para mí es un honor que aparezca Alcorcón en los titulares"*, dice.

Andrés Arévalo

Jefe de Sala de **Aurum Fusión**

"Intentamos ser un local emblemático para la zona sur"

texto **Lola Dávila**

Empezó en la hostelería madrileña de muy joven, y pasó de la populosa estación de Atocha a dirigir una taberna andaluza en el barrio Salamanca. *"No he estado en muchos sitios. Cuando entré por la puerta de Aurum me dije 'esto me pega, me viene perfecto', porque vi que el local era precioso y yo también soy un poco chuleta"*, bromea Andrés, que se estrenó en Alcorcón con el restaurante, en diciembre de 2021.

¿Qué se encontró en Alcorcón?

Es un estilo de público muy sencillo: si les tratas bien y les das de comer bien son muy agradecidos. Vienen a disfrutar del local, a relajarse, porque es un sitio agradable para venir sin prisas.

¿Cuál es la filosofía de Aurum?

Intentamos ser un local emblemático para la zona sur. El local es precioso y la cocina, fusión, pero también clásica; las carnes son buenas y la materia prima de primera calidad. También estamos especializados en arroces, tenemos 17 variedades. Se trata de que la gente que venga a este local disfrute. Cuando un cliente se va contento por esa puerta, tú trabajo se siente recompensado.

En la terraza se oyen los pajaritos…

Es un entorno privilegiado, rodeado de un parque en pleno Madrid, es como estar en el bosque. Vamos a poner farolas, queremos entarimar el suelo y dejarla muy bonita. Va a ser una preciosidad y el sitio obligado este verano.

¿Qué significa para usted la sala?

A lo mejor a mi mujer le gusta menos porque dice que a la familia la veo poco, pero a mi siempre me ha apasionado. Por muy sacrificado que sea, cuando a uno le gusta, lo hace con alegría.

¿Un plato, un vino y una mesa?

Tenemos un tinto de pago valenciano, Mestizaje, que es una delicia para maridar con arroz. Mi preferido es el de costilla glaseada. Seco. Un bombazo. No hay adulto ni niño al que no le guste. Y los niños son muy exigentes. Mi mesa es la 37, la redonda de la esquina, con luz por todos los lados.

Platos paralelos

Cebiche Sabe Perú

By **Jhosef Arias**

PISCOMAR, CARRERA DE SAN FRANCISCO 15, MADRID

¿El truco del cebiche de Jhosef Arias? Lo desvela él mismo *"es la frescura de la combinación de* ***un cebiche con un tiradito****, ya que lleva crema de ají amarillo"*. Su plato emblema se llama Cebiche Sabe Perú, un nombre que es una declaración de intenciones de su alta cocina de raíz. Su receta habla de *"reinvención, de cómo salí adelante: fue el primer cebiche bandera de nuestra marca"*. El cocinero alude a su llegada a Madrid en 2013, con 25 años y pocos medios, diez años antes de convertirse en un referente de la gastronomía peruana en España. Hoy, tiene cinco restaurantes en la capital cada uno con su propio acento: de la cocina clásica de Piscomar a la nikkei de Hasaku o la criolla de Callao24; sin olvidar las parrillas de Humo o la informal de ADN Origen Perú. *"Este cebiche tiene un picor muy integrado y el ají limo le da ese perfume y ese aceite tan natural. Te transporta a las costas peruanas"*, resume Jhosef sobre las sensaciones que busca en su receta con corvina y leche de tigre. Y con otro truco: exprimir la lima a mano para que lo amargo no llegue el plato.

Tapa de Ceviche

by **Pablo García Vázquez**

TAPEO BROS PLAZA SIERRA DE GREDOS 3, ALCORCÓN

"Me fijé en la receta de Jhosef Arias, Es un ceviche tradiconal bien hecho, así que lo primero que pensé es ¿cómo me puedo comer ***un ceviche en dos bocados****?"*. Pablo García Vázquez idea recetas de alta cocina en formato tapa desde Tapeo Bros, el restaurante que regenta junto a su hermano Daniel. Su fórmula: un precio fijo que incluye bebida y una de las tapas creadas por el cocinero ese día.

"Para esta receta no he querido restar nada, sólo minimizar los ingredientes con salsas y texturas diferentes. En vez de cocer el choclo y el boniato, he hecho una lámina de boniato confitado y una crema de choclo y ají limo, además de un aceite de apio y un agua de rocoto para que le diera ese puntito de picor. No he añadido más ingredientes que el gambón a la leche de tigre, que la hace más rojita y le da más sabor", explica Pablo.

El cocinero, fan declarado de la cocina peruana (*"es un pedazo de gastronomía espectacular, me apasiona la nikkei"*), considera el ceviche *"un platazo lleno de aromas y matices que hace que se te quede la boca con muchas pulsaciones"*.

Joan Roca

Cocinero y propietario de **El Celler de Can Roca**

"Al cocinero que empieza en Alcorcón: que vaya con paciencia, poco a poco"

texto **Rafael de Rojas**

Joan Roca lo ha conseguido todo en la cocina y sigue al pie del cañón. Mantiene tres estrellas Michelin desde hace 15 años. Con un restaurante familiar en una ciudad como Girona, con algo más de la mitad de población que Alcorcón, ha conseguido que su Celler de Can Roca sea proclamado "best of the bests" de los restaurantes del mundo.

¿Cómo se hace para tener el mejor restaurante del mundo en una ciudad pequeña?
Trabajando muchísimo. Y también teniendo la suerte, en mi caso, de que mis dos hermanos, Josep, en la sala, y Jordi, en los postres, sean unos auténticos genios. Y así es muy fácil (ríe)

Ha presentado la campaña "La revolución gastronómica continúa en Barcelona"...
Sí, habla de una transición generacional en la cocina que viene de lejos. Pero no sólo en Barcelona: en Cataluña y en toda España. Hay muchas familias restauradoras comprometidas con la excelencia y con la calidad. Y conviene reivindicar esa cocina tradicional que cada vez se hace mejor, con más convicción. Cada vez hay más jóvenes que están mirándola con cariño. Hubo un momento en que parecía que todos teníamos que hacer cocina moderna. Afortunadamente, hoy hay una mirada inquieta de jóvenes que están interesadísimos en poner en valor esa cocina de la madre, del abuelo, porque realmente es un legado y un patrimonio.

¿Esas claves son trasladables a Madrid?
Absolutamente. Madrid está ahora mismo en un momento espléndido. Lo que Barcelona está haciendo es intentar decir, 'eh, que estamos aquí también'. Madrid pasa por uno de los momentos más maravillosos de su historia gastronómica. Confluyen muchas circunstancias, pero, sobre todo, está ese hecho cultural tradicional: esa tradición y esos productos increíbles que tiene a su alrededor. Eso es lo que configura un destino gastronómico.

¿Hay cantera en la cocina?
Sí. En las escuelas de cocina hoy hay tanta gente joven con tanto talento y con tantas ganas de dedicarse a esto que es hasta conmovedor, es muy muy bonito. Lo vemos en nuestro restaurante. Están más preparados que nosotros. Tienen ganas y, lo más importante: han encontrado la pasión, que es lo que enciende el conocimiento. Cuando estás apasionado por algo, aprendes, y aprendes todo. Son esponjas de conocimiento y eso es fantástico.

¿Con qué están ahora en Can Roca?
Estamos abriendo pequeños modelos de negocio vinculados al Celler. Hay una fábrica de chocolate, una heladería, un pequeño hotel, un espacio para eventos… En la cocina estamos, cada vez más, mirando al mundo vegetal. Tenemos una explotación agrícola propia, Mas Marroch, con cinco personas del equipo haciendo de payeses, de agricultores.

¿Qué le recomendaría a un joven cocinero que abre en una ciudad como Alcorcón?
Que lo haga convencido de que va a trabajar mucho y que esté dispuesto a ser generoso. Que no desfallezca. Primero hay que decidirlo, y eso no es fácil. Pero una vez decidido: adelante. Es un oficio absolutamente maravilloso este de ser feliz haciendo felices a los demás. No está exento de sacrificio y de compromiso por hacer las cosas bien hechas... A ese cocinero le diría que vaya con paciencia, poco a poco, sin prisa. Y que lo haga todo desde la humildad y desde esa mirada inocente necesaria también, una mirada atrevida y valiente.

VECINOS

(y sus restaurantes favoritos)

Gloria Barreto (34 años)
Tiene la suerte de trabajar enfrente de uno de sus restaurantes favoritos, **El Rincón de Mayor** (Calle Mayor, 44) del que recomienda el cocido, sobre todo, y también la paella y el arroz con bogavante. *"Su cocina es muy tradicional y muy buena, siempre es un acierto. Tienen un cocinero extraordinario"*, explica.

Alfredo Nieto (35 años)
Alfredo viene de probar el cocido del restaurante **La Perdiz**, recién reinaugurado en Travesía Mayor, 10. *"Pienso venir a por él todas las semanas. Soy mucho de cuchara, de puchero, y éste estaba perfecto. No como mucha verdura, pero del choricito y la carne no he dejado nada"*, señala.

Antonio Muñoz (66 años)
Antonio vive cerca de **Ingazu** (Paseo Castilla, 7) que se convirtió en su restaurante favorito desde que abrió. Su plato favorito es la fabada, que le gusta porque *"no es grasosa. Tiene todo: chorizo, morcilla, panceta y fabes traídas de Asturias. Y, aún así, es un plato ligero y se puede repetir"*, dice.

EL SALTO DEL III CERTAMEN

El certamen Alcorcón Cultura Gastronómica evoluciona en su tercera edición con una gran final frente al público, profesionales y medios de comunicación. El 20 de abril se decidirá en el Salón Gourmets el título de Mejor Cocinero de Alcorcón entre los finalistas de las tres categorías, Platos, Tapas y Postres.

texto **Javier Palencia**

El certamen Alcorcón Cultura Gastronómica ha evolucionado en su tercera edición y da el salto hacia una mayor presencia regional y nacional. La principal novedad es la final en el Salón Gourmets, programada para el 20 de abril. Nueve establecimientos alcorconeros presentarán sus elaboraciones en un escenario, frente al público asistente, periodistas, críticos y compañeros del sector. Pero, sobre todo, los defenderán frente a un jurado profesional que, además de probarlos, podrá interactuar con los cocineros. De su deliberación saldrá el título de Mejor cocinero de Alcorcón 2023, así como el segundo y el tercer puesto.

Esos nueve finalistas habrán sido seleccionados por un jurado profesional en la semifinal que tendrá lugar en Alcorcón el 17 de abril, donde se elegirán tres por cada categoría: Tapas, Platos y Postres. En el mismo acto, se conocerán las recetas más votadas por el público, que habrá tenido ocasión de probar las elaboraciones en los propios locales durante la semana anterior. Hasta el 15 de abril todos los alcorconeros podrán degustarlas y votar online por sus preferidas. Otra de las novedades es que cada uno de los establecimientos tendrá que elegir una sola categoría a la que presentarse: Tapas, Platos o Postres.

Durante las deliberaciones de este primer jurado y antes de conocerse los finalistas, en el acto que se celebrará en Alcorcón, tendrá lugar una actividad centrada en el mundo del vino. El crítico y periodista Santi Rivas propondrá una *masterclass* práctica sobre la selección y oferta de vinos en función del cliente, seguida de una cata en la que aplicar lo aprendido y un tiempo para el *networking* entre los hosteleros de Alcorcón.

Cartel del III Certamen Alcorcón Cultura Gastronómica e imágenes de anteriores ediciones: platos a concurso, entrega de premios y deliberaciones del jurado.

Difusión y expectación entre el público

Si en anteriores ediciones los medios destacaron que el acto de elección de ganadores fue *"fascinante desde su inicio"* (Alcorcón Hoy) y que el certamen *"ayuda a la difusión y conocimiento de la calidad y variedad de la hostelería del municipio"* (Onda Cero), para esta edición se prevé que el evento se difunda en medios especializados, regionales y nacionales. Los ganadores también notaron el efecto. Como Paula Beer de Nude Cake que asegura que *"vino mucha gente a pedir la tarta de queso todos los días"*.

LA RECETA DE LA **FELICIDAD**

¿La comida da la felicidad? Un nutricionista dice que no; un psicólogo, que ayuda a aprenderla, una 'winestar', 😋 que sólo la acompaña; un crítico gastronómico, que, a él, sí; una cocinera de Alcorcón, que a los demás, claro; un hostelero, que, al menos, es buena para el matrimonio; otra, que excepto si trabajas en un tanatorio. 😋 Lo que va a pasar (perdón por el 'spoiler') es que va a llegar al final del texto con su plato favorito en la cabeza. Porque, los reportajes sobre comida, esos sí que no dan la felicidad, 😋 pero sí un poco de hambre.

Desayuno sano y colorido de la cafetería solidaria Coffe Life.

texto **Rafael de Rojas**

"Uno de los grandes mitos a desmontar sobre la felicidad y la comida es que hay alimentos específicos que nos ayudan a ser más o menos felices".

Pues ya podemos pasar página, porque el que lo afirma es Aitor Sánchez, el nutricionista autor del blog Mi dieta cojea, que se ha hecho famoso precisamente por desmontar las tonterías que se escriben sobre la alimentación.

¿Pero entonces? ¿Está usted equivocado cuando identifica la felicidad con el primer sorbo de cerveza que le deja unos bigotes blancos y una sensación de plenitud o con que se le abran los ojos como platos (de nata) al ver que ya es temporada de fresas? *"La felicidad es un tema complejo. Sí que hay algunos estudios, pero no están ligados a un alimento en concreto si no a un patrón alimentario y a sentirse mejor con las eleciones que uno está haciendo. Va sobre las personas que comen de acuerdo a sus valores"*, explica el autor de *¿Qué pasa con la nutrición?* (Paidós).

"La gastronomía no es que te haga feliz, es que es un buen recurso para aprender a ser feliz" coincide desde la psicología, Antonio Rodríguez. También habla de valores: *"el hedonista que se come un chuletón y el vegano son felices desde sus perspectivas. El hedonista, cuando disfruta dejando correr sus bajos instintos, asocia el disfrute al bienestar individual. Y el vegano, que asume el alimentarse como un acto de compromiso, desarrolla su satisfacción dándole una vertiente trascendente".*

"Comer juntos es un acto de bienestar colectivo", según Antonio Rodríguez.

Antonio es profesor de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de La Laguna y, en su libro *Gastronomía para aprender a ser feliz*, (Desclée) ha creado el concepto de *"gastrofelicidad"*. *"Comer provoca bienestar. La gastrofelicidad tiene tres patas: nutrirse, que es una metáfora de aprender, del desarrollo, el comer juntos, que es un acto de bienestar colectivo, y el dar de comer. El cocinero, cuando cocina en clave de dar a otra persona, ya se siente saciado"*, detalla.

Es el momento de preguntarle al cocinero. En este caso una cocinera, Nina Santana, de la Cafetería Centro de Empresas (Químicas, 2) de Alcorcón, que acostumbra a derramar alegría tanto detrás de la barra como en la cocina: *"quizás dar de comer a la gente te conecta con ellos para sentir cómo son, te hace llegar más al fondo de las personas. Cuando ya llevan tiempo y les conoces y sabes lo que quieren, es como dar de comer a tu hijo. Yo soy feliz tratando a la gente"*.

"No creo que haya ningún trabajo más gratificante", sentencia María José Martín, que dejó su labor en la abogacía para poner en marcha Carpe Diem (Gardenias, 11), el restaurante mejor valorado en internet por los alcorconeros. *"Yo no trabajaría nunca en la cafetería de un tanatorio, por ejemplo, pero trabajar en un restaurante o en un cátering es lo mejor que hay. Aunque sea muy esclavo, porque vas a 20 bodas pero ninguna es de tu familia. Que tú le dediques tres o cuatro meses a preparar una boda y que en su luna de miel te escriban los novios para darte las gracias porque ha sido el día más feliz de su vida... No hay color, aunque sacrifiques tiempo para el ocio"*, dice.

Construir una nueva vida tras la barra

Para las empleadas de Coffe Life (Islas Cíes, 1) esa satisfacción por el trabajo bien hecho es la base sobre la que edificar una nueva vida. La cafetería solidaria proporciona un oficio a mujeres que han estado en situación de trata o prostitucion. Toda su recaudación se destina a casas refugio. La encargada, la venezolana Saray Terán, con tan sólo 21 años, lleva tres implicada en el proyecto. *"Coffe Life forma a las chicas para su inserción laboral y nuestra primera tarea es enseñarles, con amor y paciencia, que existen trabajos que pueden aprender fuera de ese mundo tan turbio. Muchas de estas chicas han acabado conseguiendo trabajos increibles de jefas de restaurantes con muchas estrellas. Salen con muchas ganas y mucha vida y lo que les enseñes lo van a multiplicar. Cuando ves que van aprendiendo y que van avanzando, el cansancio se convierte en alegría y gratitud, en una satisfacción profunda. Te paras al día siguiente y piensas: 'el de ayer fue un buen turno'"*, reflexiona.

Antonio Fernández, propietario del multipremiado restaurante asturiano Ingazu (Paseo de Castilla, 7), considera que *"indudablemente, los hosteleros somos proveedores de felicidad. Los mejores momentos los tienes en torno a una mesa"*. Y añade un componente de la dicha hostelera: trabajar con tu pareja. *"A nosotros, trabajar juntos nos ha dado más felicidad* -asegura-. *Y conozco varios casos que llevan así toda la vida. En la pandemia, los que no trabajaban juntos lo llevaban bastante peor. Nosotros, podemos enfadarnos porque una comanda está mal hecha o no sale un plato, pero, al rato, terminamos, nos abrimos una cerveza y como amigos"*. Antonio identifica como única fuente de infelicidad las reseñas negativas: *"me siguen enfadando las que consideras que no tienen razon, pero aún más las que consideras que sí que la tienen"*.

De reseñas sabe mucho el escritor Jesús Terrés, que ha firmado cientos de páginas sobre su feliz relación con bares y restaurantes en revistas

Una pausa en la jornada del risueño equipo de sala y cocina del restaurante Kasiba (Islas Cíes, 7).

Saray Terán, encargada de la cafetería Coffe Life, frente al mural que pintó con sus objetivos vitales.

como Traveler o Vanity Fair. Aporta su visión de comensal entusiasta: *"Cada vez me interesa menos la 'alimentación' (cada día, por cierto, más en manos de multinacionales con su sellito healthy) y más el hedonismo, la cultura de bar, la vida en torno a una mesa"*.

El autor, que acaba de lanzar su primera novela, *Buscaba la belleza* (Destino), considera que los bares y restaurantes le vuelven loco por dos grandes razones. *"En primer lugar porque representan lo mejor de nosotros mismos: el vínculo sagrado con la tierra y el mar, la tradición bien entendida: mercados, labriegos y verdad. Y en segundo lugar, por un detalle que jamás podrá sustituir el mundo que viene, esa cosa bonita que tienen tantos bares y restaurantes y casi cualquier casa de comidas honesta: que pasan cosas. Pasan cosas porque tras ellas hay personas que curran con las manos pero también con el corazón; pasan cosas porque allá es más fácil desnudarse y dejar la mierda tras la persiana. Porque en torno a un mesa la vida es más intensa y más plácida, y es más factible entender aquello que escribía Borges, que no hay día en el que no podamos pasar al menos unos instantes en el paraíso"*.

Una de las materias primas fundamentales para que pasen esas *"cosas"* es el vino, asociado a la felicidad desde que a alguien se le ocurrió hace milenios fermentar una uva pisada. Para Santi Rivas, crítico de vinos, *winestar* y autor de *Deja todo o deja el vino* (Muddy Waters): *"el vino es un buen acompañante de la felicidad y de la infelicidad. Ayuda a socializar y acompaña el ánimo, si es alegre, o intenta mejorarlo, si no. El vino va a maridar con el estado en que tú estés. Es raro que se te muera el padre y te abras un champán"*.

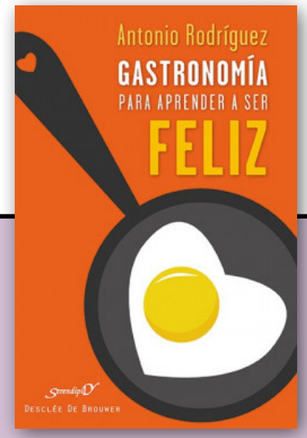
Irse a beber con los colegas

Santi subraya que *"el vino es para mí la única bebida alcohólica que tiene un punto social como bebida en sí. Cuanto más te gusta el vino, más raro es que te lo quieras beber solo. Este concepto americano, de la cultura pop, de estoy triste y me voy a atiborrar a helado, aquí, de toda la vida, ha sido irte a beber con los colegas"*.

Para este redactor, la felicidad era que le dejaran elegir la comida el día de su cumpleaños. Y la familia entera comía invariablemente macarrones con tomate, filetes con patatas y tarta de gominolas (la que ahora llaman *de la abuela*). Y como hoy es su cumpleaños, en cuanto ponga el punto final a este reportaje va a intentar que se lo preparen. Así que, cierren los ojos y piensen un momento en ese plato de casa que ya hace demasiado tiempo que no han vuelto a comer. En su color y en su olor; en el primer bocado que le daban y en el último; en las cosas que pasaban mientras hacían la digestión. Y llamen a su madre. 😋

"No hay alimentos específicos que nos ayuden a ser más o menos felices", dice Aitor Sánchez.

Legumbres a granel de Hermanos Sabugo (Colón, 17), que regulan el colesterol y previenen la diabetes.



Lo que significa cocinar

Antonio Hernández incluye en su libro un *"recetario socioafectivo"* que propone otorgar significados simbólicos al acto de *"cocinarnos"*. Estos son algunos de sus ejemplos:

Coco rallado. Nos inmuniza de críticas ajenas que generan inseguridad.

Levadura. Nos hace crecer al ver que podemos hacer las cosas por nosotros mismos..

Rallador. Hace los problemas más pequeños, desmenuzándolos.

Cortar. Deja atrás la tensión del día para entregarnos a una tarea satisfactoria y generosa. Es un reinicio, empezamos de nuevo.

Sal. Nos protege de los malos rollos, conservando el buen humor.

Bechamel. Compacta las croquetas y produce en nosotros el mismo efecto de consistencia y seguridad.

Luis Suárez de Lezo

Presidente de la **Academia Madrileña de Gastronomía**

"Madrid tiene destinos gastronómicos que hacen que merezca la pena el viaje"

texto **Rafael de Rojas**

Cuando termine esta entrevista, Luis Suárez de Lezo tiene una cita en Robuchon Madrid. Siguiendo sus pasos en Instagram le vamos a ir encontrando estos días en Tandoori Station, Brutalista, Surtopia, Osa... Esa pasión por la comida en todas sus variantes (exótica, de tapas o de alta cocina) es la que ha llevado a este empresario radicado en Alcobendas a presidir desde hace siete años una institución que promueve la gastronomía de Madrid y sus valores.

¿Cómo ve el panorama madrileño?
La gastronomía madrileña ha tenido una explosión espectacular en los últimos años. El salto que ha habido en la utilización de producto, en la atención, en las bodegas... No es sólo en la capital. Tenemos grandes restaurantes fuera, como Montia, Chirón o Casa José. Empiezas a tener destinos que son gastronómicos, que hacen que merezca la pena el viaje.

Ha visto ese salto muy de cerca...
Hemos podido vivir de primera mano esta explosión. Madrid ha atraído muchísima inversión, también a nivel de gastronomía, como un sector más. También ha habido un mayor interés por los cocineros. Para los aficionados a la gastronomía, venir a Madrid es prioritario. Y luego, cerrando un circulo virtuoso muy interesante, ese posicionamiento ha hecho que cocineros con talento piensen en Madrid. Eso ha conseguido que casi todas las semanas estén abriendo restaurantes muy bien puestos, con buen servicio y buena bodega.

Producto más cercano, mercado menos saturado... ¿Hay otras ventajas para los restaurantes de fuera de la capital?
Hay una importante: tienes más facilidad para definir bien a tu cliente. Conociéndolo bien, puedes ser muy honesto y poner el foco en él. Lo cual me parece muy bonito, puedes hacer una cocina más personal y más como tú quieres.

¿Eso se sabe?
Casi todas las guías, si te fijas, giran en torno a Madrid ciudad. Tenemos mucho que hacer para dar a conocer lo que hay fuera. Lo que haceis vosotros en Alcorcón es un buen paso, algo que no pasa en el resto de ciudades, porque nadie se dedica a dar a conocer la oferta local. Ahí hay un buen trabajo que hacer y es una buena iniciativa. Incluso en los distritos de Madrid. Ni los propios vecinos conocen bien la oferta gastronómica de su entorno.

¿Cuál sería la receta para que Alcorcón se convirtiera en un destino gastronómico?
Si la supiera... (ríe) Quizás, lo primero, tener un referente, alguien que levante la bandera de que 'en esta ciudad se come bien'. Eso no depende de nadie y es muy difícil de conseguir. Dabiz Muñoz ha llevado a Madrid por el mundo. Cuando tienes a alguien que lidera, te situa en el mapa y atrae mucho talento alrededor. El Bulli o Mugaritz crean un ecosistema de mucho nivel, son una maquina de hacer cocineros. Hasta que pase esto, lo que hay que generar son buenos restaurantes, que no es tan fácil. Que tengan el mejor producto, el mejor servicio y la mejor bodega posibles para lo que hacen.

Lo dijo Dani Ochoa aquí: ¿el gastro restaurante es sólo un modelo de los posibles?
Total. Puedes tener un restaurante mexicano en el que las tortillas las hagas tú, que no las compres... Que cuides todo lo que hagas, que le pongas interés. Hay veces que se pierde la visión y el protagonismo pasa del comensal al cocinero. El protagonista de la experiencia en el restaurante tiene que ser el cliente, que es el que paga, para empezar, y el que va a disfrutar de una buena comida. Que eso se note.

¿De qué productos madrileños vamos a oír hablar en el futuro?
Históricamente, en Madrid ha habido un producto sensacional. El vino era el más reputado del mundo hace cuatro siglos, y en el sur había un agua buenísima y tierras fértiles. Tenias vino, ganado, ovejas, huerta... Madrid cambió eso por viviendas. Pero se siguen haciendo muchos de esos productos y no han perdido calidad, sólo producción. En Madrid, los ajos de Chinchón son gastronómicamente imbatibles. Y también los tomates, los quesos... Se va a empezar a conocer el aceite, de una variedad castellana. El vino ha recuperado uvas, la carne ya es un clásico y me gustaría que se hablara de la miel.

Michelin se queda con El quinto sabor

El quinto sabor es el umami, un gusto intenso difícil de explicar que se percibe en el centro de la lengua y que fue descrito por la ciencia en 2002. **El quinto sabor** (Avenida Quitapesares, 17, Villaviciosa de Odón) es también el nombre del restaurante de Antonio María Ventura, recién recomendado por tercer año consecutivo por la Guía Michelin, y número 24 del Top 100 de restaurantes de España en The Fork.
Sus argumentos son una cocina de vanguardia que *"emana técnica e ilusión, cuidando mucho los sabores y las presentaciones"* en un establecimiento que *"sorprende por su emplazamiento, rodeado de naves industriales y en un edificio que aboga por la sostenibilidad"*, según la Michelin. Un derroche de técnica que se atreve con ingredientes como el alga espirulina en platos con aire de laboratorio, como la *Probeta antioxidante de espirulina fresca*, y que versiona también recetas clásicas: *Cordero glaseado al vermut, con sémola cítrica y cremoso de castaña*. Y, todo ello, a menos de 10 kilómetros de Alcorcón y al precio aún comedido de quien espera dar el salto a la estrella Michelin.

JUGAR CON LA COMIDA

texto **Lola Dávila**

"Niño, con la comida no se juega". Pues sí, sí que se juega, como queda demostrado en estas peleas a muerte sobre el tablero: papas contra croquetas, nigiri contra maki, limón contra chocolate. Sólo puede quedar uno. O ninguno.

PAPA CON CHERNE VS CROQUETA DE PAELLA

Cafetería Centro de empresas. Químicas, 2.
La papa, el cherne y el mojo verde no pueden ser más canarias, como la cocinera, Nina Santana, pero la croqueta de paella pega fuerte con una intensa sorpresa: un arrancioli italiano único.

Ganador: el gusto sedoso e insular de la combinación de la papa canaria, el mojo y el pescado se impone.

QUESO DE VIDIAGO VS AHUMADO DE PRÍA

Ingazu. Paseo de Castilla, 7.
El Vidiago es un queso de vaca *"suavecito y expresivo"* que Antonio Fernández usa para el cachopo, mientras que el de Pría, de vaca y oveja, es también de los más delicados de su tabla de quesos asturiana.

Ganador: el discreto aroma a humo del queso de Pría consigue que permanezca sutilmente en el paladar.

NIGIRI DE PEZ VS MAKI DE SALMÓN

Fortuna. Avenida Las Retamas, 26.
Un corte fino y delicado de pez mantequilla corona un nigiri clásico hecho de arroz de sushi. El maki de salmón se envuelve en alga nori y se acompaña de wasabi. Dos clásicos en busca del jaque.

Ganador: el pez mantequilla se llama así por algo: la ternura de la lámina de este nigiri es su mayor valor.

PISTO CON HUEVO VS ALCACHOFA

Mesón Los Arcos. Munich, 4.
La brasileña Marilene Domingos se enamoró de la cocina española y no pierde ocasión de practicar su vertiente más clásica, como con este pisto con calabacín y pimiento y con las alcachofas con jamón.

Ganador: el pisto sabe a casa, y eso es invencible. Pochado a fuego lento y con la dulzura del tomate.

TARTA ISABEL II VS PIE DE LIMÓN

Nude Cake. Plaza Príncipes de España, 1.
El Pie de Limón de Paula Beer lleva una base de crema de limón rematada con merengue flambeado. La tarta Isabel II fusiona la clásica *tarta de la abuela* con un brownie, para que gane en consistencia.

Ganador: La versión Nude Cake de la tarta favorita de la reina gana por goleada entre los chocolateros.

CANELÓN DE POLLO VS BONIATO CONFITADO

Tapeo Bros. Plaza Sierra de Gredos, 3.
Pablo García Vázquez ha creado un canelón de pasta wan tun relleno de pollo marinado en salsa dulce y una tapa vegetariana de boniato confitado con sitake caramelizado y alioli de remolacha.

Ganador: el boniato, una tapa bien integrada que incluye una esferificación inversa de fresa licuada.

NOCHE DE FIESTA

Una cita a ciegas, un reencuentro, una ocasión única, una cena romántica... Cinco restaurantes de Alcorcón interpretan a su manera la cena con la que sorprenderían a una pareja que cruzara sus puertas para una ocasión especial, en busca de una velada memorable. Platos para compartir, recetas ligeras y mucho amor.

texto **Javier Palencia**

UN FONDO DE LIGEREZA

En **Carpe Diem** (Gardenias, 11) no lo dudan: la cena es sólo el comienzo. *"Hemos preparado un entrante de zamburiñas frescas a la plancha con un toque especial, algo exótico, de ajo negro. Seguimos con un puerro macerado y confitado. Lo 'veggie' está de moda, pero no queríamos servir la típica parrillada. Y el plato principal es el lomo de bacalao del Cantábrico con cebolla trufada. Todos ellos son valores seguros que se salen de lo normal y que no cansan. Son platos ligeros, que dejan buen sabor de boca e invitan a seguir"*, explica María José Martín, la propietaria del restaurante, mientras el chef Paco Agea da los últimos toques.

REZUMANDO AZUL DE MAR

"Y ya estarán los esteros / rezumando azul de mar". Los versos de Alberti, de los que Juan Ramón Jiménez dijo que eran *"una orilla, igual que la de la bahía de Cádiz"*, lo son del mismo modo que esta cena propuesta por Jesús Bonilla y preparada por Mina Barhum en **El Flor Taberna Gaditana** (Los Pinos, 48). Sardina y atún del Estrecho en diversos cortes. Puro azul.

PECAR CON LA CARNE

A **El Granero** (Tablas de Daimiel, 6) se viene a jugar fuerte: el plato principal es un lomo de vaca madurada. *"Tiene 20 días de curación y está tremendo, con un sabor equilibrado"*, explica Álvaro Fernández, el propietario. Propone acompañarlo con un mini menú degustación de tapas: ferrero de morcilla, zamburiñas y crujiente de gambón.

BATALLAS DE AMOR

El restaurante de fusión asiática **Kasiba** (Islas Cíes, 7) marida un cava frutal con Kasiba Love, su tabla de sushi mestizo, tan oriental como ibérico, que se sirve en forma de corazón. Le sigue la Picaña Tataki con foie, al carbón. *"Para contrastar. Es un plato ligero con una salsa intensa"*, explica el propietario, Pedro Jiménez. Ligereza e intensidad imbatibles cuando hablamos de batallas de amor.

A PRIMERA VISTA

Flores y un fondo rojo pasión. El pulpo a la brasa con almejas y con el picor del pimentón de **Aurum Fusión** (Parque de Los Castillos) garantiza el amor a primera vista. *"Es muy de primera cita, un plato sensual, que no llena, sienta bien y te ayuda a continuar"*, refiere Ana Sáez, la propietaria, sobre el plato de Tarik Naim Sadani, el jefe de cocina.

Cuando éramos 600

Juan Luis Pachón y Julio Antonio Millán vivieron de niños los primeros pasos de las tabernas de Alcorcón. De su mano, recorremos estos espacios modestos de los años 50 donde se remataba la jornada con un chato de vino y en donde se servían muchos más naipes que comida. Cuatro tabernas situadas en el entorno de la Plaza Las Fraguas que atendían a una población de unos pocos cientos. "Éramos unos 600 ó 700", dicen.

texto **Javier Palencia**

Corrían los años 50 y por Madrid circulaban los últimos tranvías y coches de caballos. En Alcorcón, el tío Blas pisaba en su patio de la calle San Isidro el vino que luego vendía allí mismo. A tres minutos de allí, en torno a la Plazuela (ahora, Plaza Las Fraguas), las tabernas se llamaban por el nombre de sus dueños: la de la tía Aguedita, la del tío Venancio, la del tío Indo y la de la *señá* Dioni.

Las pioneras fueron la de la tía Aguedita, identificada con un cartel en el que se leía un escueto *"Vinos"* y Vinos Casa Venancio. De esta última, se conservan fotos de los años 40 y se la ha datado en los años 20. Más tarde, a mediados de los años 60, se rebautizó como El Chuleta, por el apodo del yerno del propietario, y ese fue el nombre con el que la familia la mantuvo hasta finales de la década del 2000.

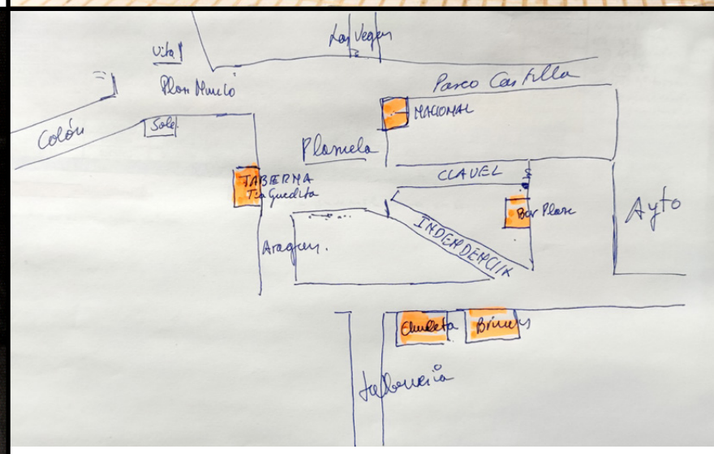
"La tía Aguedita tenía labor, pero para el tío Venancio era su medio de vida. Creo que él fue el primero porque era más profesional, más tabernero: movía más los vasos", dice Santi. "*La del tío Venancio era una barra pequeñita, y la pila era casi toda la barra, con agua corriendo. La tia Aguedita sólo tenía un barreño. Metía los vasos, los sacudía y corriendo"*, añade Juan.

Santi es el nombre con el que todo el mundo conoce a Julio Antonio Millán (79 años) y Juan es Juan Luis Pachón (70 años), ambos jubilados y vecinos de Alcorcón. *"Al tener yo uso de razón ya estaban esos dos bares, además del Plaza (el del tío Indo), y el Nacional. Éste, el de la señá Dioni. fue el primero que trajo la caña de cerveza, la tirada de cerveza con grifo. Estamos hablando de los años 50"*, explica Santi.

Cuatro tabernas para una población de *"600 ó 700 personas"*, calcula Juan. ¿Y cómo eran por dentro? *"Era todo de obra, con mostradores altos. El suelo de la de la tía Aguedita era de arcilla y lo regaba. Y no tenía nevera. Cuando pedías algo fresquito, levantaba una puerta debajo del mostrador y era una cueva donde las bebidas estaban más fresquitas"*, relata Santi.

Había naipes, conversaciones sobre el campo, un futbolín y hasta un billar en el Nacional. *"Lo normal era tomarte tu vino e irte. Alguna peleilla ha habido, pero un puñetazo y tan amigos, el alcorconero ha estado muy hermanado"* señala Santi, que añade que *"era un territorio exclusivo para hombres. Se veía mal que entraran las mujeres, incluso con sus maridos"*.

Las primeras tabernas olían a encurtidos y a vino, que se despachaba para llevar, pero no solían servir comida. *"A esos bares no se iba a comer, no tenían menú. Mi padre, todos los santos días, cogía su plato de judías con el pan y se iba a cenar al bar del tío Venancio. Y cada 8 ó 10 días me decía mi madre: 'hijo, vete a por los platos de padre'"*, explica Santi. Juan recuerda también que *"No había un restaurante. Al bar Plaza* (actual Muver Plaza) *iba Ricardo Medem, el alemán, un tío muy ricachón, y Antonio Blanco el de la Venta La Rubia y decían ¿me puedes preparar lo que sea para comer? O se cogía una liebre, la llevaban a casa del Tío Venancio y decían 'Luciana ¿me haces esta liebre con judías?'"*. Un panorama que cambiaría en los años 60 con las aperturas del Porrón y el Brindis, con salón y baile. Pero eso ya es otra historia.



En el sentido de las agujas del reloj: bar Plaza en los años 70; plaza Las Fraguas con el cartel Vinos, en los 90; la misma plaza, en los 80; plano dibujado por Juan Pachón; foto de los 70 del Fondo Faustino Moreno; y "Santi" Millán y Juan Pachón.

El espíritu de los bares de siempre

Miguel Ángel Velarde
Arquitecto y autor del blog *Alcorcón en la memoria.*

Gran parte de la historia de un pueblo se encuentra entre las paredes de sus bares y tabernas; lugares de encuentro donde los vecinos compartían su día a día delante de una copa de vino y una tapa. Por eso, cuando recordamos aquellos sitios donde hemos sido felices, a veces, junto a playas y atardeceres, aparece una cara amable detrás de una barra y el delicado jaleo de amigos brindando por lo que fuera que mereciese la pena celebrar. La hostelería tiene ese poder, y en Alcorcón lo sabemos bien. Puede que su gastronomía no fuese la más elaborada, ni sus caldos lo más selectos, pero muchos vecinos llevan en el recuerdo aquellas tabernas de un pueblo que a mediados del siglo XX se preparaba para cambiar, pero que todavía conservaba las rutinas de antaño. Dicen que por aquel entonces en Alcorcón el vino se bebía en puchero. Yo no sé si esto es cierto, pero me resulta fácil imaginarlo.

Por eso, algo se mueve dentro de muchos alcorconeros al recordar el Bar Chuleta. Puede que incluso alguno recuerde aquella pequeña taberna de vinos regentada por dos vecinos muy queridos, el tío Venancio y Dña. Luciana, que con el tiempo acabaría siendo ese bar donde se servía el mejor conejo al ajillo de todo Madrid.

Y no había que irse muy lejos para conocer otro de los bares ilustres de nuestro Alcorcón: el Bar Brindis, durante tantos años atendido por don Enrique y doña Paca, donde se servían unos boquerones en vinagre que todavía perduran en el recuerdo de algunos. Pero, si había algo característico de este bar, quizás era su liebre. Y no hablamos de ningún plato presente en el menú, sino de Carmen, la liebre criada en el bar y que se hizo famosa en el pueblo, llegando a ser incluso protagonista de un artículo en la prestigiosa revista Alcorcón Gráfico.

Otro lugar de encuentro en el centro del pueblo era el bar La Plaza, regentado al principio por don Eloy y doña Pili, aunque finalmente sería la familia Muñoz quien se encargaría del mismo con gran profesionalidad. ¿Algún lector recuerda su legendaria tortilla de patata? Hoy en día, con el nombre de Bar Muver, continúa sirviendo a todo aquel que se acerque a la Plaza de España y entre a tomar algo en esta pequeña parte de nuestra historia.

Por supuesto, son muchos los mesones, tabernas, restaurantes y bares que no podremos olvidar. Benjamín, Castilla, Granada, Romero… Nombres que nos evocan sensaciones y momentos vividos entre sus vinos, y que hemos querido recordar en estas páginas. Que sirvan estas palabras de homenaje a la hostelería de Alcorcón, que ha sabido reconvertirse para servir a una gran ciudad, pero que conserva el espíritu no tan lejano de sus bares de siempre.

La Plaza Las Fraguas en una fecha sin datar (cedida por alcorcon.net-Orgullosos de Alcorcón) y en los años 80 (cedida por el Archivo Municipal de Alcorcón, al igual que las fotos históricas de las páginas anteriores).

Raquel Rodríguez Tercero

La concejala de **Desarrollo Económico, Formación, Empleo, Proyectos Europeos y Feminismo** y presidenta de **Imepe** asegura que la gastronomía de la ciudad está creciendo y ha generado marca propia tras tres años del proyecto **Alcorcón Cultura Gastronómica**, que incluye la revista ALC, el foro Horeca, el certamen y una futura escuela de hostelería y sumillería para crear cantera.

"Mi mejor recuerdo es el del primer certamen, cuando íbamos puerta a puerta"

texto **Rafael de Rojas**

Siempre atareada, Raquel se está recuperando de una semana intensa que le ha dejado la voz a medio gas. Aun así, sube, sin querer, el tono cuando hace el balance de sus proyectos más queridos: la revista ALC, el certamen de gastronomía y una futura escuela de hostelería. Todo ello es parte del proyecto Alcorcón Cultura Gastronómica, con una visión que arrancó hace tres años, la de poner a Alcorcón en el mapa gastronómico y fomentar las iniciativas de los hosteleros.

¿La gastronomía influye en la felicidad?
He visto como cambiaba la vida de muchas personas en Alcorcón, incluso de familiares míos, y cómo se iba generando esa felicidad alrededor. Si disfrutas haciendo tu plato y ves cómo les cambia la cara a los que lo prueban... Claro que influye.

¿La gastronomía puede cambiar una ciudad?
Esta está cambiando. Los hosteleros ya se creen que Alcorcón puede ser la puerta a la gastronomía de Madrid. Quizás era algo impensable hace tres años, en plena pandemia, pero ahora vemos cómo las calles se están transformando, se están abriendo muchos espacios gastronomicos. Hemos generado marca, codo con codo con los profesionales del sector, y hemos conseguido una hostelería unida, algo que parecía poco creíble hace unos años.

¿Qué queda tras tres ediciones del proyecto?
Queda el posicionamiento de una marca propia en hosteleria y gastronomia, queda el foro Horeca y queda mucha ilusión por dar continuidad al proyecto. Se trataba de que no fuera mi proyecto, que fuera el de los profesionales del sector, porque así, estemos quien estemos en la concejalía o en el Imepe, la hosteleria se seguirá haciendo fuerte.

¿Cuáles son los beneficios de una hostelería trabajando en la misma dirección?
Atracción. Atracción de riqueza para el municipio. Se ha visto que cuanta más oferta haya, cuanta más variedad, más atracción de turismo gastronómico vamos a tener. Me dicen que el certamen, la revista y las campañas han tenido un retorno muy gratificante, economico y de reconocimiento a sus platos.

¿Cómo ve el futuro de la gastronomía en Alcorcón?
Nos imagino posicionados como referente: que si alguien piensa en salir a comer piense en Alcorcón. Tengamos la mente abierta, empecemos con la zona sur, pero sigamos también a nivel estatal. Que se acerquen los que vengan a hacer turismo a Madrid, como ya pasa, o los de Toledo, que lo tenemos cerca, o los de Ávila e incluso Segovia. Yo me lo imagino así.

Ha dicho que lo mejor de Alcorcón es que se inventa cada día porque no tiene unas raíces marcadas...
Claro, porque Alcorcón es una ciudad que acoge. Hace relativamente poco, abrió un libanés buenísimo. Los profesionales quieren innovar y destacar por algo propio y siempre están reinventándose. Hay diversos sitios con la tapa de la semana, y le ponen tantísimo cariño en innovar en esas tapas... Lo vamos a ver en este certamen, que va a ser una explosión de innovación y talento, vamos a ver cosas muy nuevas.

¿Qué recuerda con más cariño de estos tres años?
Recuerdo mucho el primer certamen, cuando iba puerta a puerta con mis compañeros haciendo las fotografías y las entrevistas y te miraban con cara de incertidumbre ¿Qué es esto que me estáis planteando? Luego, cuando vinieron al certamen, las caras de ilusión los abrazos, lo emocionados que estaban todos y todas... He visto la transformacion de esa incertidumbre en ilusión y confianza, y me quedo con ese trabajo en común, con que hayan sido partícipes.

¿Por qué apostó por el modelo certamen y revista?
Era el inicio de un proyecto nuevo en Alcorcón y no quería que fuera sólo una feria de la tapa. Pensamos que tenían que ir de la mano el certamen y la revista para que perdurara en el tiempo y ganara en credibilidad. Veía el otro dia la revista, cómo ha ido creciendo en calidad y en proyección... Contamos la historia de Alcorcón a través de su gastronomía con los artículos de Miguel Ángel Velarde, hablamos de sostenibilidad... Hay mucho cariño, mucha profesionalidad y mucha implicación. Nos sitúa en el mapa gastronómico con las entrevistas a profesionales de Alcorcón, pero también al contar las cosas que pasan fuera.

¿Qué podemos esperar del tercer certamen?
Podemos esperar subir un escalón más. Los profesionales del sector han subido ese escalón en la calidad, en la innovación y en la puesta en escena. Y hay algo que me han demandado mucho: que necesitan más gente profesional para trabajar en sus establecimientos. Y estamos trabajando en la creación de una escuela de hostelería y sumillería, que sería cerrar el círculo, con prácticas en los restaurantes del municipio y unida a la cultura y los centros culturales.

Un día gastronómico en Alcorcón

"Es complicado decidirse, pero me veo desayunando por el Ensanche Sur, en una de las terrazas al sol con vistas a los parques -arranca Raquel-. *Para tapear he descubierto muchos sitios encantadores tipo tabernas, que incluso se han modernizado como gastrobares, por la zona de Torres Bellas. Para comer hay tantos sitios... Pero pongamos que ese día comería por Puerta del Sur, donde hay mucha variedad, así puedo elegir cocina tradicional o italiana u oriental... Para cenar iría la zona de Valderas para terminar dando un paseo por Los Castillos. Y, en repostería, voy a citar la variedad y el amor que le ponen en la cafetería de Imepe".*

La nueva vida de los residuos orgánicos

Tanto para los residuos orgánicos generados en casa o para los que produce tu mascota durante los paseos, **Esmasa** cuenta con una solución. Jesús Santos, presidente de la empresa pública y teniente de alcalde del Ayuntamiento de Alcorcón, ha anunciado los nuevos contenedores marrones en los barrios y un nuevo Kit de limpieza para el paseo de perros.

texto **Javier Palencia**

La orgánica llega al barrio". Así ha anunciado Esmasa la instalación de los contenedores marrones destinados a los residuos orgánicos en los barrios de Alcorcón. *"¿Sabías que los residuos orgánicos pueden reciclarse y convertirse en compost? El compost es abono natural que vamos a utilizar como fertilizante en nuestros jardines y parques municipales. Separando los residuos orgánicos, depositándolos en su contenedor específico, el marrón, evitaremos que millones de kilos de basura acaben en el vertedero. Un ahorro económico para la ciudad y un ahorro de emisiones para el planeta*", explican desde la empresa pública Esmasa, presidida por Jesús Santos, teniente de alcalde del Ayuntamiento de Alcorcón.

Desde Esmasa siguen apostando por convertir Alcorcón en la Capital del Reciclaje para lo que es necesaria *"tu colaboración"*. En concreto, señalan que *"si quieres usar los contenedores marrones que pronto verás en tu barrio, ¡apúntate!"*. El funcionamiento del nuevo sistema arranca desde *esmasalcorcon.es*. En ella, el usuario selecciona en un mapa la zona o el contenedor más cercano a su domicilio. Al pinchar en el enlace del contenedor se le conduce al formulario de inscripción. Tras completarlo con sus datos, el vecino recibirá un cubito individual para la recogida de los restos orgánicos, una tarjeta-llave para abrir el contenedor y formación por parte de trabajadores de Esmasa cualificados en la materia para asegurar el depósito exclusivo de residuos orgánicos

Los beneficios del contenedor marrón incluyen la disminución del aporte al vertedero, la reduccción de las emisiones de CO2 y otros gases de efecto invernadero, y la disminución de la contaminación de suelos, cauces y acuíferos.

Los objetivos, según se relata desde Esmasa, son *"avanzar en el cumplimiento de los objetivos que marca la Unión Europea en materia de recogida selectiva de residuos, mejorar el porcentaje global de recogida selectiva separando la fracción orgánica de la fracción resto (la que va al contenedor naranja, que no puede reciclarse) y la sensibilización sobre la importancia del compromiso de todas y todos en la gestión de los residuos municipales"*.

Kit para el paseo de perros

Desde Esmasa han empezado también a facilitar un kit de limpieza para el paseo de perros. El conjunto consta de un paquete de bolsitas con las que recoger las heces de las mascotas y una botella plegable para transportar con facilidad una mezcla de agua y jabón con la que cubrir los orines. Así se reduce la mancha y se eliminan los olores. Para la distribución del kit se colocaran carpas en distintos barrios de Alcorcón que se anunciarán por email y en las redes de Esmasa.

Pensados para perdurar, para ser memorables y para resumirlo todo en una línea. O incluso en un símbolo. A través de los **letreros**, se desentraña la arqueología de las ciudades. Todos estos de Alcorcón indican el camino a tu bodega de confianza, al bar donde reencontrarte con los amigos y deshacerte de las penas, al mostrador en el que, simultáneamente, te recargan y te alivian el peso del día a día. Sigue el letrero. No tiene pérdida.

ESCUELA DE FORMACIÓN ONLINE

ALCORCÓN APRENDE

140 cursos digitales en **8 áreas de formación**

- Diseño y programación
- Calidad y prevención de riesgos
- Marketing y ventas
- Legislación y administración
- Ofimática
- Idiomas
- Recursos Humanos
- Medioambiente, I+D

Más info y reserva de plazas en

www.imepe-alcorcon.com

imepe
ALCORCÓN
INSTITUTO MUNICIPAL DE EMPLEO
Y PROMOCIÓN ECONÓMICA

INSTITUTO MUNICIPAL DE EMPLEO Y PROMOCIÓN ECONÓMICA DE ALCORCÓN

QUÉ OFRECEMOS

FORMACIÓN Y EMPLEO

- Orientación laboral en tu proceso de búsqueda de empleo
- Agencia de colocación para acceso a ofertas de empleo
- Cursos de formación gratuitos presenciales y online
- Programa ERASMUS+ para la realización de prácticas no laborales en países de la Unión Europea.

EMPRENDIMIENTO, EMPRESAS Y COMERCIO

- Información sobre distintos trámites para la puesta en marcha de tu negocio
- Coworking gratuito dirigido a emprendedores
- Locales en nuestro Centro de Empresas en donde tu empresa pueda desarrollar su actividad.
- Alquiler de espacios para presentaciones, cursos o eventos que pueda desarrollar su entidad o empresa
- Agencia de colocación para selección de candidatos/as de tus necesidades de personal
- Realización de iniciativas dirigidas a la promoción del comercio y hostelería local.

IMEPE ALCORCÓN

C/ Industrias 73 - 28923 Alcorcón
Teléfono: 91.664.84.15
www.imepe-alcorcon.com
imepe@ayto-alcorcon.es

imepe ALCORCÓN
INSTITUTO MUNICIPAL DE EMPLEO Y PROMOCION ECONOMICA

Ayuntamiento de Alcorcón