

# ondojan.com

comer bien en Gipuzkoa

n° 216: diciembre 2022



MARCO REAL

47

CALIDAD . TRADICIÓN . SABER HACER



euskal sukaldaritza gaurkotua igaran  
cocina tradicional vasca actualizada en igara

ARATZ ERRETEGIA

Zabaleta anaiak



# Aratz erretegia



- Cocina tradicional basada en el producto de temporada
- Especialidad en carnes y pescados a la parrilla
- Amplia terraza de verano
- Comedor privado para comidas de empresa
- Bodega climatizada con una amplia selección de vinos de calidad



Igara bidea 15 (Junto a DV)  
943 21 99 89 / 943 21 92 04



**Una Barandilla en Japón**  
(Vison Hotel, Taki, Mie)  
Ver reportaje en págs. 1-11

## ondojan.com

**Nº 216** Diciembre 2022  
**ZUM EDIZIOAK, S.L.**  
Patrizio Etxeberria, 7  
20230 LEGAZPI  
Tf. 943 73 15 83

**E-mail:** zum@zumedioak.com  
**Impresión** Leitzaran Grafikak  
**Depósito Legal:** SS-1097/03  
josema@zumedioak.com

**Coordinación:** Josema Azpeitia  
**Redacción:** Josema Azpeitia e  
Imanol A. Salvador

### Colaboradores:

Alazne Cano, Aitor Buendía, Nere Arizto, Lito Leibar, Jon Méndez, Alberto Benedicto, Carol Archeli, Carolina Rín, Txemari Esteban, Carlos Lahoz, Ainara López y Javier Etayo

**Fotografías:** Ritxar Tolosa,  
Josema Azpeitia y Archivo

**Diseño:** Truke Estudio Grafikoa  
**Maquetación:** Ritxar Tolosa

### PUBLICIDAD:

Josema Azpeitia (609 47 11 26)  
Iñigo Etxenike (655 74 46 57)



Aldizkari hau hilibatero banatzen da Gipuzkoako jabetxeetan, hoteletan eta turismo bulegoetan, bere orrietan iragartzen diren jabetxe eta tabernen laguntzari esker.

Esta revista se reparte mensualmente en los bares, restaurantes, hoteles y oficinas de turismo de Gipuzkoa, gracias a la colaboración de los bares y restaurantes que se anuncian en sus páginas.

Ondojan.com no comparte necesariamente las opiniones expresadas por sus colaboradores. Asimismo, declina cualquier responsabilidad en caso de modificación de los precios, programas, horarios o fechas de las diferentes informaciones recogidas. Los precios de menús, cartas, etc... no son contractuales y pueden estar sujetos a cambios de última hora o errores tipográficos.

## estúpido concienzudo

### LA CONCHA JAPONESA

**X**abier Zabaleta, de Aratz Erreategia lo dijo claro, diáfano, hablando en nombre también de Pablo Loureiro de Casa Urola y Paul Arrillaga de Zazpi el día 4 de noviembre, cuando se inauguró el tramo de barandilla de la Concha instalado en el complejo hotelero Vison de Mie (Japón) y la calle dedicada a Donostia en el mismo lugar: “Es un honor representar aquí a Donostia. Aunque nos separen 20.000 kilómetros somos dos sociedades modernas, innovadoras, pero que al mismo tiempo tenemos unas raíces y apoyamos y mantenemos la tradición”.

Que nadie se engañe. Los tres cocineros cuyos restaurantes cuentan a partir de ahora con sendas pequeñas sucursales en Japón no han acudido al país del Sol Naciente al son del dinero ni en busca de gloria. No han llevado con ellos televisiones oficiales ni secretarios y no darán ruedas de prensa al volver a casa. Por supuesto que este viaje ha sido parte de su trabajo y que si esta iniciativa genera beneficios estos serán bienvenidos, pero lo que une a los tres cocineros presentes esos días en Vison es su pasión por la cocina tradicional, el producto de temporada, nuestra gastronomía más auténtica en ese convencimiento de que somos lo que comemos y así tenemos que seguir siéndolo.

El viaje a Japón de estos tres chefs que resumimos en este número de Ondojan.com es una buena noticia para el conjunto de nuestra gastronomía y para todos los que la apoyan, porque sirve para estrechar lazos de unión de todos con un país con el que nos unen muchas cosas y que ahora con más mo-



tivo va a seguir visitándonos y haciendo que nos enriquezcamos mutuamente en todos los sentidos. Además, y esto sí que es novedoso, este viaje no ha costado ni un céntimo al erario público. Y es que se han hecho muchos “viajes institucionales y culinarios” a Japón con luz y taquígrafos, pero siempre a cuenta del dinero de todos. Y se seguirán haciendo y se nos venderán como la panacea y el colmo de la buena gestión pública. A ver si logran la mitad de objetivos reales que lo que han conseguido estos tres locos del producto y el sabor que apenas han contado con respaldo institucional en este lado del mundo mientras allí han sido recibidos y aplaudidos por alcaldes y gobernadores. A ver si alguien toma nota.

**Josema Azpeitia**  
Periodista gastronómico



**ONDOJAN 216 EN PORTADA: UNA BARANDILLA DE LA CONCHA EN JAPÓN 01-11 COLABORACIONES 14-26 DURA LEX 14 TURISMO GASTRONÓMICO 16 LA RUTA SLOW 16 CERVEZA ARTESANA 1T DI... VINOS 17 ARTE LÍQUIDO 18 DIETÉTICA 19 TISASOTIK 22 MENU DO MENÚ 24 AINARA LÓPEZ 25 MENÚ PICANTE 26 ENTREVISTA: CAROLINA RÍN, NUTRICIONISTA 20 SAGARDOTEGIAK 28-31 A MESA PUESTA: CASA JAUREGI 32 KABIA (ZUMARRAGA) 34 FLASH GASTRONÓMICOS 36 RESTAURANTES DE GIPUZKOA 40 RESTS. DE DONOSTIA 48 RESTS. DE EUSKAL HERRIA 56 PLACERES GASTRONÓMICOS 58 BODEGÓN BENTA ALDEA 61 CON LAS MANOS EN LA MASA: IMANOL G. BALDA 62**



## UNA BARANDILLA DE LA CONCHA EN JAPÓN

Desde el pasado mes de julio de 2021, un flamante tramo original de la barandilla de la Concha donostiarra luce en un lugar más bien insólito: el complejo hotelero y de ocio y restauración **Vison**, situado en la municipalidad de Taki, en el centro de Japón, concretamente en la prefectura de Mie, un lugar poco conocido para el público occidental, pero muy popular entre los nipones ya que su ciudad principal, Ise, es uno de los principales centros espirituales del país del sol naciente, una ciudad de peregrinación que recibe anualmente a millones de japoneses que acuden a visitar principalmente sus templos pero que, lógicamente, también ocupan sus hoteles y restaurantes.

Esta circunstancia ha hecho que este recóndito lugar del mundo cuente con un importante equipamiento de hoteles y establecimientos de hostelería distribuidos por toda la superficie del departamento. Aquí es también donde el “estrellado” chef donostiarra **Dani López** cuenta con una reproducción de su restaurante de la Parte Vieja, Kokotxa, aquí denominado “Rías by

Kokotxa”, situado en el complejo hotelero “Mediterranean Village”, propiedad del empresario nipón Yoshiji Hamada.

Fue precisamente otro gran empresario de la zona, **Tetsuya Tachibana**, quien tuvo la idea de contar también con tres restauradores gipuzkoanos a la hora de llevar a cabo su proyecto hotelero, Vison, que en japonés significa “bello pueblo”, toda una ciudad creada de la nada en un precioso valle rodeado de montañas, que cuenta con un enorme hotel así como edificios de apartamentos, restaurantes, comercios, pastelerías e, incluso, una amplia zona que abarca un mercado de productores locales donde encontramos frutas, verduras, carnes y pescados de la zona así como pequeños locales donde si así lo deseamos nos es preparado al momento el género adquirido en el mercado. En Vison también encontramos un impresionante spa, una de las mayores atracciones del complejo que también incluye talleres de artesanía, huertos experimentales y, lo más curioso, una calle dedicada a Donostia llamada “**San Sebastian Street**”.



# Zurumuru

KIOSKOA • KIOSKO • NEWS STAND

Prensa nacional y extranjera  
Comics • Fascículos y todo tipo de publicaciones  
C.C. La Bretxa (Parte Vieja) • Tf. 943 42 79 77 • DONOSTIA



## Conexión vasco-japonesa

Todo tiene su explicación. Tetsuya Tachibana, además de ser un empresario con negocios en diferentes ámbitos económicos, es un gran enamorado de la gastronomía, así como quien fue y es su asesor **Itaru Isii**, un japonés habitual en los círculos gastronómicos donostiarras desde hace no pocos años. Itaru, con la colaboración de **Josema Azpeitia**, coordinador de nuestra revista, fue, de hecho, quien facilitó el contacto entre Dani López y el mencionado empresario Hamada para abrir el "Kokotxa japonés". De la misma manera, fueron Itaru y Azpeitia quienes propusieron diferentes opciones a Tetsuya Tachibana para que creara su calle "réplica" de las calles de pintxos donostiarras. Dicho y hecho, el empresario japonés se desplazó en varias ocasiones a nuestra ciudad para conocer in situ a los cocineros que formarían parte de su proyecto. Asimismo, tomó contacto con las autoridades locales y llegó a un acuerdo con Eneko Goia que incluía, entre otras cosas, la compra e instalación de un tramo

de barandilla de la Concha para que presidiera la calle dedicada a Donostia en Vison.

Tras varias visitas y contactos, finalmente, los establecimientos elegidos para el proyecto fueron el restaurante **Aratz** de Ibaeta, **Casa Urola** de la Parte Vieja, y el bar **Zazpi**, entonces todavía ubicado en la calle San Marcial.

## Los retrasos de la pandemia

El proyecto fue avanzando pero, lamentablemente, se dió de bruces con la llegada de la pandemia, lo que retrasó su inauguración y puesta en marcha, prevista inicialmente para el año 2020.

Finalmente, tras muchas dificultades, en julio de 2021 Vison fue puesto en marcha, solo que el país se encontraba herméticamente cerrado por cuestiones sanitarias y los cocineros donostiarras no pudieron tomar parte en la puesta a punto de sus locales, que echaron a andar sin la supervisión de los mismos.

Así ha sido hasta que la situación sanitaria ha mejorado has-

**ENERTY**

ASESORES ENERGÉTICOS  
Euskadi - Navarra - La Rioja - Madrid

OPTIMIZAMOS LA ENERGÍA  
DESDE LA TRANSPARENCIA

San Francisco 21 - Galerías - Oficina 9 - DONOSTIA  
email: direccion@enerty.es - web: WWW.ENERTY.ES

- Optimizamos tu contratación en Energía, Gas e Iluminación
- Asesoramiento Profesional y Continuo
- Servicios Totalmente Gratuitos
- Optimización de Gastos Generales de Empresas
- Proyectos de Eficiencia Térmica y Fotovoltaica (Llave en mano)

COMPROMETIDOS CON EL MEDIO AMBIENTE

Tf. 943 44 20 38 - 666 86 00 52



ta el punto de que los chefs de dichos restaurantes, **Xabier Zabaleta** (Aratz), **Pablo Loureiro** (Casa Urola) y **Paul Arrillaga** (Zazpi) junto con Azpeitia y la traductora japonesa afincada en Donostia **June Yamaguchi** han podido acudir a Taki y conocer de primera mano las réplicas de sus establecimientos.

### Una dura semana de trabajo

El proceso ha sido toda una aventura. Aunque los restauradores habían llevado a cabo videoconferencias y diferentes contactos a distancia, la realidad de los locales requería la presencia física de los cocineros para corregir algunos procesos, así como rectificar platos y sistemas de manera que las sucursales de sus restaurantes fueran un fiel reflejo de su labor en Donostia.

Así pues, el pasado 26 de octubre, esta delegación gipuzkoana se trasladó a tierras japonesas para preparar la inauguración oficial de los locales y de la calle con su barandilla que tuvo lugar el 4 de noviembre. Fueron 10 largos días en los que los tres chefs

tuvieron que reformular y reorganizar la oferta de sus tres restaurantes y preparar y formar para ello a los jóvenes trabajadores japoneses de los mismos. A lo largo de dicho período, los cocineros donostiarras tuvieron, igualmente, que visitar mercados en los alrededores, conocer a los proveedores de Vison y sus mercancías, conocer el precio de los diferentes productos en Japón así como la disponibilidad de los mismos... al fin y al cabo, se trataba de que tras la inauguración y una vez los chefs de vuelta a casa, en los "clones" de Aratz, Casa Urola y Zazpi se ofreciera a los clientes una oferta lo más similar posible a los locales originales.

Tras una dura semana de trabajo en la que los cocineros pasaron del inicial "descoloque" y desorganización a un dominio total del lugar y un conocimiento perfecto de sus equipos, los tres cocineros se mostraron muy satisfechos con los avances conseguidos. Aún con muchas cosas por pulir y mejorar, a día de hoy se puede decir que estos tres bares donostiarras cuentan con tres fieles "sucursales" en tierras niponas.





## Una solemne inauguración

Tal como hemos comentado al inicio, el día **4 de noviembre** tuvo lugar la inauguración oficial de San Sebastián Street y los tres locales alrededor de la barandilla de la Kontxa. El acto contó con la presencia de todas las autoridades de la zona, desde el gobernador de la prefectura de Mie hasta el alcalde de Taki y los alcaldes de las localidades limítrofes, así como una gran representación del mundo institucional, gastronómico y empresarial de la zona. Por la parte vasca tan solo se trasladó a tan magna celebración **Eneko Goiria**, director general de Turismo de la **Diputación de Gipuzkoa**, que tuvo la gentileza de disculpar a Eneko Goia, ausente por motivos laborales y de agenda.

La inauguración concluyó con un concurrido lunch en uno de los espacios de restauración del complejo, al que acudieron igualmente todas las autoridades presentes en el acto y gran cantidad de cocineros de la zona.

Así las cosas, tras su puesta de largo oficial, esta barandilla

*En las dos páginas anteriores, Diferentes momentos de la solemne inauguración de San Sebastián Street. En la página anterior: El maestro Koji Fukaya, considerado el introductor de la cocina vasca en Japón, antiguo discípulo de Luis Irizar. Junto a él, imagen de los tres cocineros, Paul Arrillaga, Pablo Loureiro y Xabier Zabaleta, junto a Josema Azeitia y Itaru Ishii. Sobre estas líneas, Xabier Zabaleta y el equipo de Aratz-Japón celebrando la inauguración de los locales junto al maestro Fukaya.*

que en vez de al mar Cantábrico mira a las montañas japonesas, luce en la entrada de "San Sebastian Street" y son miles y miles los visitantes de este grandioso complejo que se han fotografiado apoyados en la misma. Un precioso homenaje a una ciudad que siempre ha encantado al público nipón y que con esta iniciativa, sin duda, todavía va a atraer a muchos más japoneses.

# CARPE DIEM

WWW.CARPEDIEMDONOSTI.COM

**ESPECIALISTAS EN PIERCING DESDE 2002**

Máxima higiene + materiales de 1ª + trato personalizado

**SAN JUAN 13 - PARTE VIEJA - DONOSTIA 617071130**

## TATTOO PIERCING



TODOS LOS

39€

PIERCING

SALVO

49€

LENGUA



**Días de actividad frenética:** La estancia de los chefs donostiarras en Vison no fue, precisamente, un período vacacional. En las imágenes: **1.-** Pablo Loureiro dando instrucciones a Seiki, jefe de cocina de Casa Urola. **2.-** Casa Urola lleno de visitantes. **3.-** Xabier Zabaleta con Yoko, jefa de sala de los tres locales. **4.-** Paul Arrillaga diseñando su estrategia con el equipo de Zazpi. **5.-** Naoto y Koumei, jefe de cocina y ayudante de Aratz. **6.-** Xabier Zabaleta con June Yamaguchi, la jefa de sala Yoko y Sakurako, camarera de Aratz. **7.-** Paul Arrillaga y su equipo, incluyendo Xavi, cocinero valenciano afincado en Japón, haciendo el signo del 7 (zazpi) en la barra del local. **8.-** La bara de Aratz y el comedor lleno de gente.





**Días de actividad frenética (2):** Más imágenes que reflejan la incesante actividad de los días previos a la inauguración: **1.-** Paul Arrillaga apoyado en la barra del “clon” japonés de su bar. **2.-** Una tortilla de patata ante el letrero que reza “Euskadi” en la barra de Aratz. **3.-** Clientas satisfechas en el comedor de Zazpi. **4.-** Pablo Loureiro con parte del equipo de trabajadores de Casa Urola. **5.-** Danki, cocinero de Casa Urola, ultimando unos platos antes de su salida a sala. **6.-** Xabier Zabaleta fotografiando unos platos junto a Atsuko, una de las cocineras de Aratz **7.-** Pablo Loureiro preparando un plato mientras Reika, camarera de Zazpi, fotografía la ejecución. **8.-** Los tres chefs y nuestro coordinador, Josema Azpeitia, actuando de jurado de pintxos en el restaurante Izurun.



**Conociendo Japón y su cocina:** 10 días dan mucho de sí y los chefs tuvieron algo de tiempo libre en el que pudieron visitar algunos puntos de los alrededores de Japón así como su cocina: **1. y 2.-** Visita de los chefs al mercado de pescado de Tsu para aprovisionarse de pescado y marisco. **3.-** Una "Ama" (mariscadoras veteranas) prepara unos txipirones a la brasa a los chefs. **4.-** Visita a un restaurante centenario en Ise, capital del departamento de Mie, en el que se encuentra el Hotel Vison. **5.-** Visita de los chefs al templo de Ise, centro espiritual de Japón. **6.-** Matsuna San, Sushi Man del lujoso restaurante de sushi enclavado en el complejo Vison, preparando un plato a los cocineros vascos. **7.-** Akira Nakatake, jefe de cocina y responsable del restaurante Izurun, en Vison.



**Conociendo Japón y su cocina (2):** A lo largo de los últimos días de su estancia, los chefs pudieronn conocer algunos lugares alejados de Vison: **1, 2 y 3.-** Visita al hotel "Mediterranean Village", donde Dani López cuenta con una "sucursal" del restaurante Kokotxa, "Rias by Kokotxa" en este espectacular hotel propiedad del empresario Yoshihi Hamada. El estrellado chef donostiarra ofreció una excelente comida a la delegación de su ciudad el día posterior a la inauguración de San Sebastián Street. **4.-** Naoki Ichikawa, responsable del hotel Laguna Baycourt Club, ofreciendo jamón cortado a cuchillo a los chefs donostiarra. **5, 6 y 7.-** Cena de los tres cocineros en el restaurante Sakana Yaoya, en la ciudad de Okazaki, por gentileza de Naoki Ichikaya.

# GOIERRI

zerbitzuak eta  
alojamenduak

## JATETXEAK

### ARAMA

Toki Alai ..... 943 88 89 53

### ATAUN

Lizarrusti ..... 943 58 20 69

### BEASAIN

Artzai Enea ..... 943 16 31 16  
Dolarea ..... 943 88 98 88  
Guregas ..... 943 80 54 80  
Kattalin ..... 943 88 82 52  
Kikara ..... 943 88 62 34  
Mandubiko Benta ..... 943 88 26 73  
Salbatore ..... 943 88 83 07  
Urkiola ..... 943 08 61 31  
Xerbera ..... 943 88 88 29

### GABIRIA

Korta ..... 943 88 71 86

### GAINTZA

Oteñe ..... 943 88 58 48

### IDIAZABAL

Alai ..... 943 18 76 55  
Pillarenea ..... 943 18 78 66

### LEGORRETA

Bartzelona ..... 943 80 62 06

### MUTILOA

Mujika ..... 943 80 16 99  
Ostatu ..... 943 80 11 66

### OLABERRIA

Castillo ..... 943 88 19 58  
Zezillonea ..... 943 88 58 29

### ORDIZIA

Hotel Ordizia ..... 843 73 97 97  
Martinez ..... 943 88 05 41  
Olano ..... 943 80 54 70

### ORMAIZTEGI

Kuko ..... 943 88 28 93

### SEGURA

Imaz ..... 943 80 10 25

### ZALDIBIA

Lazkao Etxe ..... 943 88 00 44

### ZEGAMA

Ostatu ..... 943 80 10 51  
Otzaurreko Benta ..... 943 80 12 93

### ZERAIN

Mandio ..... 943 80 17 05  
Ostatu ..... 943 80 17 99

## SAGARDOTEGIAK

### ALTZAGA

Olagi ..... 943 88 77 26

### ATAUN

Urbirtate ..... 943 18 01 19

### LEGORRETA

Aulia ..... 943 80 60 66

### ORDIZIA

Tximista ..... 943 88 11 28

### ZERAIN

Oiharte ..... 686 29 91 58

## HOTELAK

### BEASAIN

Dolarea\*\*\*\* ..... 943 88 98 88  
Guregas\*\* ..... 943 80 54 80  
Igartzia\* ..... 943 08 52 40  
Salbatore\* ..... 943 88 83 07

### IDIAZABAL

Alai\* ..... 943 18 76 55

### OLABERRIA

Castillo\*\*\* ..... 943 88 19 58  
Zezillonea\*\* ..... 943 88 58 29

### ORDIZIA

Ordizia\* ..... 843 73 97 97

### SEGURA

Imaz\*\* ..... 943 80 10 25

## PENTSIOAK

### MUTILOA

Mutiloa\* ..... 943 80 11 66

### ORMAIZTEGI

Itxune\*\* ..... 639 23 88 89  
Petit Goierrri\*\* ..... 657 79 90 68

### ZEGAMA

Zegama\*\* ..... 943 80 10 51

## NEKAZAL- TURISMOAK

### ALTZAGA

Olagi ..... 943 88 77 26

### ATAUN

Aldarreta ..... 943 18 03 66

### LAZKAO

Lizargarate ..... 943 88 19 74

### OLABERRIA

Borda ..... 943 16 06 81

### SEGURA

Ondarre ..... 943 80 16 64

### ZALDIBIA

Irizar Azpikoa ..... 943 88 77 18  
Lazkao Etxe ..... 943 88 00 44

### ZEGAMA

Arrieta Haundi ..... 943 80 18 90

### ZERAIN

Oiharte ..... 680 17 12 91  
Tellerine ..... 943 58 20 31

## LANDETXEAK

### ATAUN

Atxurrena ..... 608 35 40 54

### LEGORRETA

Bartzelona ..... 943 80 62 06

### MUTILOA

Liernigarakoa ..... 669 77 71 60

### ZEGAMA

Otzaurreko Benta ..... 943 80 12 93

## ATERPETXEAK

### ATAUN

Lizarrusti ..... 943 58 20 69

### ZALDIBIA

Alarpe ..... 676 33 30 24

### ZERAIN

Zerain ..... 943 80 15 05

## APARTAMENTU TURISTIKOAK

### GABIRIA

Beko Errota ..... 639 23 88 89

## KOMERTZIOA

### ORDIZIA

Ordizian Elkarteak ..... [www.ordizian.com](http://www.ordizian.com)

### Unanue Gozotegia

..... 943 88 15 51

## ZERBITZU TURISTIKOAK

### ALARPE (ZALDIBIA)

Hipika ..... 676 33 30 24

### ALDABE

Gida zerbitzuak ..... 605 77 18 81

### ERRO (ORDIZIA)

Gida zerbitzuak ..... 943 88 22 90

### IBUR (ITSASO)

Hipika ..... 663 06 00 11

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



**EUSKADI**  
BASQUE COUNTRY



**Goitur**  
- GOIERRI TURISMO AGENTZIA -

## IDIAZABAL LURRALDEA - TERRITORIO IDIAZABAL



- »Asteazkenetan Ordiziako azokara. *Los miércoles al mercado de Ordizia.*
- »Gaztandegietara bisitak. *Visitas a queserías.*
- »Txakolia, sagardoa eta Idiazabal gaztaren arteko maridajeak. *Maridajes entre txakoli, sidra y queso Idiazabal.*
- »Talo tailerra Igartzako Monumentu Multzoan. *Taller de talos en el conjunto Monumental de Igartza.*
- »Garagardo artisauen katak. *Catas de cerveza artesana*



## GOIERRI- BASQUE HIGHLANDS



- Aizkorri-Aratz Parke Naturala. *Parque Natural Aizkorri-Aratz.*
- Aralar Parke Naturala eta mitologia. *Mitología en el Parque Natural de Aralar.*
- Mutiloa-Ormaiztegi Bide Berdea. *Vía Verde Mutiloa-Ormaiztegi.*
- Santiago Bidea: San Adriango tunela. *Camino de Santiago: túnel de San Adrián.*
- GR-283: Idiazabal gaztaren ibilbidea. *GR-283: ruta del queso Idiazabal*
- Euskal Herriko Trail Estazioa. *Estación de Trail del País Vasco.*
- Segura, Zegama eta Bide Berdeko orientazio jolasak. *Circuitos de orientación en Segura, Zegama y Vía Verde.*

## GOIERRIKO TURISMO BULEGO ETA INTERPRETATIO ZENTROAK

- **ATAUN.** Aralar Parke Naturaleko IZ. *Centro de interpretación del Parque Natural de Aralar.* Tel.: 943 58 20 69. [www.ataunturismoa.net](http://www.ataunturismoa.net) • [www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/lizarrusti](http://www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/lizarrusti)
- **ATAUN.** Barandiaran Museoa. *Museo Barandiaran.* 943 18 03 35. [www.ataunturismoa.net](http://www.ataunturismoa.net) • [www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/barandiaran](http://www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/barandiaran)
- **BEASAIN.** Igartzako Monumentu Multzoa. *Conjunto Monumental de Igartza.* 943 08 77 98 / 605 77 18 81. [www.igartza.eus](http://www.igartza.eus)
- **IDIAZABAL.** Gaztaren Interpretazio Zentroa. *Centro de Interpretación del Queso.* 943 18 82 03 [www.idiazabal turismo.com](http://www.idiazabal turismo.com)
- **ORDIZIA.** Goierriko eta Gastronomiaren Interpretazio Zentroa, d'Elikatuz. *Centro de Interpretación del Goierri y de la Alimentación y Gastronomía, d'Elikatuz.* 943 88 22 90. [www.delikatuz.com](http://www.delikatuz.com)
- **ORMAIZTEGI.** Zumalakarregi Museoa. *Museo Zumalakarregi.* 943 88 99 00. [www.zumalakarregimuseoa.eus](http://www.zumalakarregimuseoa.eus)
- **SEGURA.** Erdi Aroko Interpretazio Zentroa. *Centro de Interpretación medieval.* 943 80 17 49. [www.ezagutu.segura.eus](http://www.ezagutu.segura.eus)
- **ZEGAMA.** Aizkorri-Aratz Parke Naturaleko Interpretazio Zentroa. *Centro de Interpretación Parque Natural Aizkorri-Aratz.* 943 80 21 87. [www.zegamaturismoa.net](http://www.zegamaturismoa.net) [www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/anduetza](http://www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/anduetza)
- **ZERAIN.** Paisaia Kulturala eta Burdinaren mendia. *Paisaje Cultural y Montaña del Hierro.* 943 80 15 05. [www.zerain.eus](http://www.zerain.eus)





**Alazne Cano**  
Letrada - Col. 4461 ICAGI

## DEVOLUCIONES NAVIDEÑAS

**S**oy una fan absoluta de la Navidad, me gusta desde siempre, con sus luces, sus reunirse para el vermouth, sus Olentzeros, incluso Papa Noël me gusta, ya que me recuerda a una infancia ligada a esa tradición además de las propias de nuestra tierra.

Al llegar a la edad adulta además, recibí varias invitaciones para convertirme en ayudante y paje, según la autoridad navideña a la que hagamos referencia, para echar una mano con aquello de los regalos, y en estas fechas empecé a batallar con los tan temidos cambios, vales, y

desistimientos por insatisfacción.

Claro que es un fastidio no atinar con el regalo a la primera, pero desgraciadamente, los pajes no somos infalibles, y es más habitual de lo que nos gustaría. Por eso es tan importante saber cuáles son nuestros derechos en caso de necesitar un cambio o querer realizar una devolución, sea en un pequeño comercio (apoyemos al vecino, al amigo que tiene un negocio) o en una gran superficie, o incluso, en las compras online.

Aunque todos creemos que tenemos derecho a que nos devuelvan el dinero, lo cierto es que los establecimientos no están obligados a aceptar cambios y devoluciones solo porque no nos convenza nuestra compra o hayamos cambiado de opinión.

Muchos establecimientos adoptan políticas comerciales más favorables al consumidor y permiten hacer cambios y devoluciones, pero en realidad, la ley solo obliga a admitir el cambio en dos casos, si el artículo presenta algún tipo de defecto o tara, o si se trata de una compra a distancia, pues en ese caso hay un periodo legal de desistimiento de 14 días.

A pesar de esta exigua obligación, hay algunos establecimientos que mejoran esta política, y ofrecen la devolución del importe del producto sin necesidad de acreditar el defecto o tara, pero normalmente son las grandes cadenas, pues para un pequeño negocio, es prácticamente inviable, por eso, muchas tiendas al por menor, ofrecen el tan temido vale canjeable. Algunas cosas que podemos tener en cuen-



ta a la hora de comprar son:

Antes de comprar en un establecimiento, es recomendable informarnos sobre la política de cambios o devoluciones, tanto en relación al modo, como al plazo. Si el establecimiento anuncia un plazo para posibles cambios o devoluciones tiene que respetarlo, pero nosotros también.

Algunas de las tiendas que aceptan devoluciones no devuelven el dinero sino una tarjeta o vale canjeable durante un periodo determinado de tiempo. Antes de comprar, conviene que nos informemos también sobre este punto.

Si detectamos un defecto o tara en el producto podemos hacer valer la garantía, exigiendo uno en perfecto estado, o la reparación del producto si fuera posible, y en caso de no llegar a un acuerdo con el vendedor, podemos pedir una rebaja del precio, o incluso la devolución del importe, en uso de la facultad resolutoria ya que se entiende que el vendedor ha incumplido la obligación de entrega del producto por no estar éste en perfecto estado.

Es recomendable solicitar y guardar siempre el ticket de compra o la factura, y conservarlo hasta que estemos seguros de que no deseamos realizar un cambio o devolución, o para hacer valer la garantía, que en nuestro país es en general de un mínimo de dos años para cualquier pequeño electrodoméstico, salvo que el fabricante conceda un plazo más amplio, o hayamos contratado una ampliación de la garantía

En las compras realizadas a distancia (por internet, teléfono, catálogo, etc.) el consumidor tiene 14 días naturales para devolver el producto sin coste, siempre que el vendedor tenga su sede en territorio español, pero cuidado, porque si el vendedor está en el extranjero, los cambios y/o devoluciones, estarán sujetos a la ley del país del vendedor.

Y ahora, con estos consejos en la cabeza... espero que ejerzáis todos de felices pajes, y que también tengáis un paquetito de algún paje bajo el árbol si habéis sido buenos, y sólo me queda desearos unas muy Felices Fiestas, y un Próspero 2023.

ESTAS NAVIDADES  
DISFRUTA DE

*Aurki*  
EN TU MESA

*Gabon  
zoriontsuak!*



★ FOIE GRAS DE PATO MI-CUIT 250gr. ★

Y NUESTRA GAMA DE ASADOS ARTESANALES CASCAJARES

Disfruta de nuestra selección de productos gourmet para estas fiestas. Los mejores foie-gras frescos, mi-cuits, magrets, ahumados, ibéricos, cochinitos, txangurro relleno a la donostiarra, langostinos salvajes, langostas, bogavantes, pulpo cocido, caviars, trufas frescas (Tuber Melanosporum), capones y pulardas rellenas.



COMERCIAL  
**AURKI**

Productos del Pato • Alimentos selectos

Muntogorri bidea, 2 - 20014 SAN SEBASTIÁN - TF: 943 33 25 77  
e-mail: donostia@comercialaurki.com • www.comercialaurki.com

## TURISMO GASTRONÓMICO

### PALENCIA: BOSQUES MÁGICOS Y NEO-ASADORES CASTELLANOS

La **Navidad** es una época ideal para viajar y descubrir nuevos rincones. Os propongo una escapada con doble destino. El primero es el parque de **La Huerta de Guadián** (Palencia). Gracias al jardín secreto con **450 rosas de luz**, al paseo de los sueños, a la **morada del druida** y a la zona de las estrellas, el lugar se convierte durante estas fechas en El **Bosque Mágico**. Un espacio que invita a vivir un viaje lleno de magia y de sorpresas, pudiendo contemplar el espectáculo gratuito de luz y sonido durante media hora.

Pero hemos de continuar ruta que prometo que merece mucho la pena. De Palencia nos desplazamos a **Frómista**, pequeño pueblo de menos de 900 habitantes y una de las poblaciones más emblemáticas del Camino de Santiago Francés.

También es allí donde se encuentra el neosador castellano **Villa de Frómista**, con **Andoni Sánchez** al frente, segunda generación de un negocio familiar que iniciaron su padre y su tío de vuelta al pueblo, tras años de experiencia hostelera. Este templo de la comida tradicional castellana con asados, guisos de toda la vida y especialidades como el lechazo churro de la zona, se ha visto renovado con la llegada de Andoni, que mantiene la base tradicional, pero ya ha comenzado a abrir nuevas líneas.

Andoni es un gran defensor del producto **Km0** y trabaja a la perfección todo aquel que le rodea: verduras, hortalizas, quesos, carnes, el **pichón de Tierra de Campos**, las setas de temporada, el pato... Los transforma en platos que triunfan, como los niscalos guisados con calabaza, la ensalada de pichón escabechado de Tierra de Campos o el **arroz de pato y foie**.

Una **completa bodega** con 70 referencias que se adaptan a todos los bolsillos y postres de esos que te elevan de la silla, completan la fiesta. **Tarta de queso de Oveja Palentina**, limón relleno con coulant de chocolate blanco, manzana rellena de mousse de chocolate negro...

Esto sí que es una dulce Navidad.



## LA RUTA SLOW

### EL FILM "LOS ÚLTIMOS DE LA MEJANA" PROTAGONISTA EN EL "TERRA MADRE DAY"

El **10 de diciembre**, Slow Food conmemora el "**Terra Madre Day**" en todo el mundo. Una jornada en la que se invita a la red mundial a organizar acciones locales para celebrar todas juntas una alimentación buena, limpia y justa. El lema del Terra Madre Day de este año es "**RegenerAction**", una forma de reconectar con el mundo que nos rodea y de actuar para recuperar nuestros ecosistemas, comunidades y nuestra salud.

En el caso de Euskadi, en Araba, **Josean Arberas** está al frente de un gran equipo humano que, prácticamente todas las semanas, está realizando actividades de concienciación en centros educativos, mercados o sociedades gastronómicas con el objetivo de visibilizar y ayudar a las pequeñas y pequeños productores. Y los días 13 y 14 de este mes ha diseñado un atractivo programa junto a otras entidades como "**Horti-Reg-Agricultura Regenerativa**", **Red Terrae**, **Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz** (Departamentos de Promoción Económica y Centro de Estudios Ambientales) y **Gobierno Vasco**.

**Martes, 13:** -11:00 horas. Centro Cívico Abetxuko. Presentación de resultados – Comunidad Slow Food Visita Parcela Piloto en Basaldea Taller. Tarjetas de salud del suelo

-19:00 horas: Centro Cívico Aldabe. Proyección de la película "**Los últimos de la Mejana**" Charla coloquio con Santi Córdon Modera: Aitor Buendía

**Miércoles, 14:** -11:00 horas: Taller de trabajo en la Casa de la Dehesa de Olarizu. Horticultura Regenerativa y emprendimiento.

En cuanto al documental que se proyecta el martes, 13 de diciembre, a partir de las 19:00 horas, se trata de un cine-forum que contará, además, con la presencia de **Santi Córdon**, hilo conductor y protagonista de este film que se presentó en su día al XXIII **Festival de Málaga** bajo la dirección de **Patxi Uriz**. "**Los últimos de la Mejana**" pretende visibilizar el trabajo de personas hortelanas que, con su laboreo artesano, aportan alimentos que contribuyen a preservar un concepto culinario que une la temporalidad de los productos con la alimentación saludable. A su vez, resalta el valor de cultivar un huerto propio, lo que fomenta la conciencia sobre la calidad de los alimentos y el cuidado del medio ambiente".



#### Nere Ariztoy

Consultora de turismo gastronómico especializada en sistemas alimentarios



#### Aitor Buendía

Periodista gastronómico  
La Ruta Slow - Radio Euskadi  
[www.blogseitb.com/larutaslow](http://www.blogseitb.com/larutaslow)





**CERVEZA ARTESANA****FRÍO, FRÍO...**

**L**lega el invierno y con el frío ya no se bebe cerveza, nos pasamos al vino y al café, bebidas más calentitas por su grado alcohólico o por su temperatura. Leyenda urbana.

Cierto es que con la bajada de temperatura, las cervezas tipo pils, las de los grifos de cerveza de cualquier bar, que son más refrescantes, bajan su consumo, bien sea por el frío o por la falta de clientes. Aunque, como ya hemos comentado más veces, para eso existen los diferentes estilos de cervezas al igual que el vino, que tiene diferentes estilos que se consumen más en una estación que en otra.

**¿A que temperatura tomar una cerveza?**

Varía según su estilo. Se podría pensar que a más alcohol, menor temperatura de consumo, pero va más allá que el alcohol que pueda contener. Una cuadruple IPA tiene 11 grados y es mejor tomarla entre 7° y 10°, mientras que una Imperial Stout con la misma graduación es mejor tomarla entre 12° y 14°.

La importancia de la temperatura radica en los matices de aroma y sabores que queramos sacarle a la esencia de la cerveza que vamos a degustar.

Se recomiendan diferentes temperaturas de consumo para cada estilo, que también varían según dónde estemos geográficamente. No es lo mismo Andalucía a 40° en verano que Alemania a 20° en la misma estación.

Las lager pils entre 4° y 6°, las cervezas de trigo, berliner weisse, sour entre 5° y 8°, las saison, lambic, schwarzbier, ipa, belgian strong entre 7° y 10°, entre 8° y 12° brown ale, doppelbock, bitter, a 13°, las cervezas imperial stout, barley wine, wee heavy, old ale entre 12° y 14°.

Siempre es una recomendación que va más con los gustos personales. Un ejemplo es la Funeralopolis de cervezas Laugar, una Russian imperial stout de 10° que me estoy tomando mientras escribo y que he servido a la temperatura de la sala de casa, 18°. Le saco todas sus virtudes, cosa que no podría hacer estando a 5°, comprobando que no tiene ningún defecto.

Conclusión: disfruta tu cerveza artesana preferida a tu justa temperatura.

**DI...VINOS****BOHIGAS BRUT NATURE (D.O. CAVA)**

**F**ermí Bohigas es una bodega familiar tipo château que elabora tintos, blancos y espumosos. Trabajan especialmente bien los cavas. Esta bodega nace en el privilegiado enclave de la "Cuenca del Anoia" en Òdena, donde se encuentran las cavas y viñedos de Can Macià.

Desde hace más de ocho siglos la familia cultiva sus viñedos bajo la influencia del río Anoia, respetando la tierra y buscando un canal de expresión en las variedades que mejor se han adaptado.

Con más de 35 hectáreas de terrenos planos y clima mediterráneo-continental, Can Macià tiene unaproducción de rendimientos bajos y acidez alta, con maduraciones lentas pero completas, que hacende esta finca una zona especialmente indicada para la obtención de vinos base cava de gran calidad. La elaboración de sus cavas está basada en las variedades autóctonas Macabeo, Xarel·lo y Parellada. El cava Bohigas Brut Nature es elaborado con las variedades Macabeo, Chardonnay, Xarel·lo, Parellada. se mantienen un mínimo de 15 meses en la cava. Burbuja fina Aroma muy frescodestando fruta blanca (manzana ácida y pera) sobre notas de piel de cítricos y florblanca. De fondo notas especiadas debido a la crianza (canela) y galleta. Es un cava estructurado. Laburbuja desprende sensaciones de cremosidad, dando volumen y suavidad a la estructura queconfiere la acidez y ampliando los aromas de fruta blanca y especies que se repiten en boca. Finalseco, que limpia bien, dejando una gran sensación de frescor. Para tomarlo entre horas, conaperitivos, carnes... Eguberrion eta urte berrion!!

**Liteo Leibar**

Responsable de  
HOPA Beer Denda  
(Padre Larroka, 8, Gros, Donostia)

**Jon Méndez**

(Vinatería Viniápolis)  
Birmingham, 8 (Gros)  
Tf. 943 28 99 99 - DONOSTIA





Alberto Benedicto  
www.aquavitaecocktails.com

## “HOMEMADE” O “PRODUCTOS INDUSTRIALES”

**C**omo pasa en la cocina, en la coctelería también hay productos intermedios que se pueden hacer, o preparar de forma casera, siempre y cuando tengas los conoci-

mientos adecuados para poder elaborarlos. Además del **conocimiento sobre la materia**, hay que valorar otras opciones como si hay algún **producto similar en el mercado** de buena calidad, si el **coste** que me va a suponer hacerlo es **aceptable**, la **necesidad** que tengo de hacer ese producto y por supuesto también influye la **ilusión** con la que hagamos el producto.

Ahora desarrollemos cada una de estas facetas... La primera y más importante, el conocimiento sobre el producto y su manipulación. Esta parte es vital para saber cómo podemos obtener un producto final con el mejor resultado, pero también es imprescindible que sepamos qué es lo que estamos buscando, pues si no sabemos exactamente lo que queremos es muy complicado poder obtener un buen resultado.

Os pongo un ejemplo clarísimo, si hacemos un sirope de hierbabuena, lo podemos hacer con hojas frescas o bien con hojas secas ya sean compradas o deshidratadas por nosotros. Si lo que quiero es hacer un sirope fresco con esa esencia de clorofila usaremos las hojas frescas, que sería ideal para hacer un mojito, pero si por el contrario lo que quiero es esa potencia de sabor y aroma a hierbabuena usaremos las hojas secas, y este sirope lo podemos introducir en un coctel más complejo donde no busquemos el frescor sino la potencia de sabor.

Pasamos al siguiente punto, si hay algún producto similar en el mercado, ¿Por qué hacer el nuestro propio? A esta pregunta hay muchas respuestas, pero la más habitual suele ser “porque ninguno me convence o ninguno me gusta”. Si hablamos de siropes, también suelo oír, porque el azúcar y agua no vale nada, y es cierto, su coste es bajo, pero... ¿y tu tiempo? ¿y la electricidad empleada para hacerlo? Estos dos costes son dos elementos que muchas veces pasan desapercibidos, cuando realmente, el coste más elevado a la hora de elaborar un coctel o plato es la mano de obra cualificada. En este punto, además, hay un problema más, ¿cómo calculo el coste exacto de un producto? Pongamos que hablamos de un sirope, del ejemplo de antes, tenemos que calcular primero el coste de las materias primas, es decir la cantidad que vamos a echar de cada producto y a qué precio lo hemos comprado, en este primer punto, ya estamos invirtiendo o perdiendo tiempo según se mire. Una vez que tengo todos los ingredientes los pongo en la olla y lo hago, ¿Cómo se cuándo va a estar el producto siempre igual? Si la respuesta es porque lo probamos, eso no es una razón científica, porque si por ejemplo estamos haciendo un sirope y se nos ocurre comer antes un trozo de chocolate amargo nos va desvirtuar todo el sabor del producto. ¿Cómo calculo el coste de la luz empleada? ¿Desde qué momento comienzo a sumar minutos para luego contabilizar la mano de obra? Por estos motivos, hay que pensar muy bien si nos merece o no la pena hacer un producto o comprar, pero además entran en juego la necesidad e ilusión, que son dos afirmaciones que van de la mano, pues muchas



veces no tenemos la necesidad de elaborar un producto, pero dada la ilusión que tenemos por hacerlo nos convencemos de que lo necesitamos y terminamos haciéndolo. Y viceversa, hay veces que necesitamos un producto, pero que por falta de ilusión no lo llevamos a cabo.

Los “homemade” más habituales suelen ser los siropes y los bitters, pues son productos de “bajo riesgo alimenticio”, lo que no significa que si lo hacemos o conservamos en malas condiciones se conviertan en productos de “alto riesgo alimenticio” por la mala manipulación que hemos desarrollado.

Por otro lado, están los productos intermedios o premix, serían aquellos productos que preparamos con antelación en la Mise et Place, para facilitarnos la hora del servicio. En este punto también hay mucha controversia, porque unos dicen que hay que hacerlo todo al momento y otros que ¿Por qué no tenerlo preparado con antelación? Pero, como este debate también es muy amplio, lo dejo para el siguiente artículo.

Por último, hoy os dejo una de las recetas que más me apasionan, una versión del Old Fashioned, pero en este caso elaborada a base de ron. Espero que lo disfrutéis y pronto os hablare de los beneficios de trabajar con hielo seco en la coctelería a parte de darnos ese valor añadido de “Show”.

### DARK FASHIONED

**INGREDIENTES:** 7 cl. Ron Plantation Original Dark; 1,5 cl. Sirope de Falernun; 2 dash Orange Fee Brothers; 1 naranja; 1 unidad hielo seco

**ELABORACIÓN:** Este cóctel lo elaboramos directamente en vaso, echamos todos los ingredientes, mezclamos bien y aromatizamos con naranja, continuamos removiendo hasta homogenizar el resultado del cóctel. Si queremos acelerar el proceso de mezcla de todos los ingredientes añadiremos un poco de hielo seco, que lo que provoca es una maceración fría rápida de todos los ingredientes. Finalmente taparemos el vaso con su cúpula de cristal para mantener los aromas y que así cuando lo vayamos a beber los podamos apreciar.



**Carolina Rín**  
Dietista Colegiada nº 1887

## TCA (TRANSTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA)

**F**ue un sábado, año ochetayalgo. Recuerdo que fue en el patio del colegio,

donde habitualmente jugábamos a la goma, al pilla pilla... ese sábado se estaban realizando diferentes actividades por ser la fiesta del cole, y la actividad estrella era la tómbola. Era un día bullicioso donde nos mezclamos alumnos, padres, madres y profesorado. Con toda la ilusión que una niña de 7-8 tiene por participar la primera vez en algo nuevo, participé y me tocó un poster. Era un poster sin más, ninguna temática que a una niña de esa edad le hiciera especial ilusión, pero como me había tocado en ese contexto ya era un regalo importante.

Dicho cartel tenía una frase acompañado de un dibujo antiguo del cuerpo humano "*Mens sana in corpore sano*". Este póster con su frase se quedó colgado en mi habitación, hasta que ya en la adolescencia lo sustituí por pósters de los surferos y músicos de turno.

Cuando en marzo de 2020 llegó la pandemia con sus incertidumbres, una vez consciente de que lo de quedarnos en casa iba en serio, volvió a mi cabeza como un mantra la frase de aquel poster: "*Mens sana in corpore sano*", y pensé si quiero tener mi cabeza sana tengo que hacerme una rutina de ejercicios, así que como la mitad del país, dediqué un tiempo durante el día a hacer ejercicio. A lo que añadí una planificación en la alimentación. ¡cómo disfruté de cocinar sin las prisas del día a día!

Llegado a este punto todos entendemos la **importancia de la nutrición en la salud física**. Sin embargo, no todos estamos al tanto del impacto de la alimentación en la salud mental y el bienestar emocional y viceversa.

Los **TCA** (trastornos de conducta alimentaria) son trastornos mentales graves que afectan a la manera de relacionarse con la comida, ya sea a través de restricciones, purgas, y atracones, entre otros síntomas. Asimismo, las personas afectadas pueden presentar fuertes preocupacio-



nes en cuanto al peso y la forma corporal.

El encierro y el efecto de las redes sociales han provocado que los casos de TCA aumenten un 20%, y hayan empeorado los 400.000 que ya existían, todos perjudicados también por el difícil acceso al sistema sanitario. Y un dato que a mí me pone los pelos de punta es que **un 15 % del aumento es en menores de 12 años**. Terrible.

¿Qué hacer si creemos tener algún caso cercano?

La Academia española de nutrición y dietética ha creado una guía para detectar señales de alarma de un TCA, para orientar en esta difícil situación.

Busca a profesionales especializados en TCA y/o contacta con alguna asociación de trastornos alimentarios para obtener orientación y apoyo.

Y como siempre, mejor prevenir que curar, de que manera podemos hacerlo:

- Educar y fomentar una alimentación saludable, sin caer en extremos (dar el ejemplo).
- Promover una actividad física moderada, que idealmente involucre socialización.
- Favorecer la construcción de una autoestima adecuada.
- Evitar poner énfasis en el peso y la figura.



**Carolina Rín**  
Dietista col. 1887  
T\_ 661544675

**Carolina Rín: Consulta especializada en sobrepeso y obesidad, Salud en la mujer (Menopausia), Alimentación infantil y Educación nutricional**

- Consulta de Dietista colegiada donde a través de tu historia clínica, tu estilo de vida, alimentación actual... detectamos los principales focos de acción para **mejorar tu alimentación**.
- A través de diferentes herramientas, **te ayudamos a cambiar los hábitos de una forma fácil sin poner en riesgo tu salud**, marcando objetivos a corto y largo plazo en los que recorreremos un camino en el que cada propuesta está enfocada dentro de tus costumbres, gustos y necesidades concretas en función de si hay patologías, necesidades fisiológicas concretas o filosofías de alimentación cómo alimentación vegana.

# “NO PODEMOS JUZGAR A NADIE POR LO QUE COME”

**C**arolina Rin una profesional de la alimentación en su formato 360º: es **Técnico Superior en Dietética y cocinera profesional**. Dentro del mundo de la dietética está especializada en sobrepeso y obesidad, salud hormonal de la mujer y alimentación en la infancia y como cocinera profesional tiene un gran bagaje llevando la cocina vasca a lugares tan remotos como Nueva Zelanda o Las Bahamas. Ha sido instruida por maestros como **Juan Mari Arzak y Martin Berasategui**.

Toda su experiencia la pone en promover hábitos de alimentación saludable bien a través de su consulta de Dietética, así como de talleres de cocina & nutrición enfocado a una alimentación saludable, a la etapa de la mujer en la menopausia y sobre todo a educar a los niños y niñas en hábitos saludables con una base de cultura gastronómica.

## 1- El término de alimentación saludable ¿se nos está yendo de las manos?

Estamos en una época de contrastes. En los últimos cincuenta años ha habido grandes cambios en la alimentación y su consumo. Nunca en la historia ha habido tanta oferta de alimentos e información (que muchas veces desinforma). En Euskadi un 25% de la población infantil tiene problemas de sobrepeso y obesidad, por una mala nutrición, que se traduce en un adelanto en edad de enfermedades cardiovasculares, diabetes y algún tipo de cáncer. Y tras la pandemia solo un 40% de los niños vascos consumen frutas y verduras a diario.

La globalización ha hecho que se popularicen no solo nuevas recetas, sino que también han surgido nuevos estilos de alimentación, dietas y filosofías en torno a la comida. Hay una preocupación real por comer más saludablemente y hacer ejercicio, pero el ritmo de la vida y las obligaciones diarias influyen mucho en la calidad de lo que se come y es una de las causas del empeoramiento de la alimentación. Hoy en día la elección de un alimento u otro se rige por dos factores: el precio y su facilidad de preparación.

En el artículo de este mes hablo de los trastornos de alimentación (TCA) tras la pandemia han subido los casos, sobre todo en menores de 12 años. Os invito a leerlo. (Ver pág. 19)

## 2- Otro de los grandes enemigos que se interponen a la hora de comer bien son el estrés y el poco descanso, aunque no se les da la importancia que merecen.

Tienen un efecto parecido. Cuando dormimos mal o estamos estresados hay una serie de hormonas que se van a liberar y que van a hacer que el cuerpo acumule más grasa de la cuenta, favorezca la retención de líquidos, nos provoque un mayor cansancio, pues los movimientos espontáneos decaen, así, aunque tenga que ir a 100 metros cogeré el coche antes de ir andando, o si había pensado en ir a entrenar al final desistes. Además, si

hemos dormido poco y tenemos mucho estrés solemos comer más, porque las señales saciantes se alteran, no llegan o llegan más tarde. La parte del cerebro que es la que razona un poco a la hora de elegir los alimentos se apaga directamente, lo que hace que vayamos buscando alimentos estimulantes, que normalmente no son saludables.

Creo que no se les da la suficiente importancia porque no hay suficiente información como para que la gente entienda que son factores decisivos y determinantes para la salud y del peso corporal. Me ha llegado gente a consulta que come muy bien pero que el factor estrés y descanso se ha cargado todos los procesos.

## 3- ¿Crees que acabaremos siendo todos veganos/vegetarianos en un futuro?

Sin duda la base de nuestra alimentación tiene que ser de origen vegetal, aunque mi opinión personal es que no acabaremos siendo todos vegetarianos o veganos.

Tiene que haber un aumento a la hora de comer más productos de origen vegetal, y por ende tenemos que bajar el consumo de alimentos de origen animal, sobre todo carnes. Y a la hora de consumir alimentos de origen animal ser más conscientes del origen que tienen: cómo han sido alimentos, cómo han sido criados... no todo vale.

## 4- Hace unos años apenas se hablaba de salud femenina. Con el paso del tiempo, se ha empezado a prestar atención a temas que conciernen exclusivamente a las mujeres: endometriosis, menstruación, salud hormonal... En tu opinión, ¿a qué se debe este cambio de enfoque?

Se han reunido una serie de factores que han ayudado mucho. La necesidad de saber y derribar mitos y tabúes, el aumento en la divulgación sobre estos temas, el interés de muchas mujeres para informarse mejor...

Cuando empecé a pasar consulta me venían mujeres en la etapa de la menopausia, y en la mayoría de las veces era él único espacio donde se atrevían a hablar claramente de lo que les pasaba. Ahí vi una necesidad de romper este tabú.

Y empecé a hacer talleres de cocina y nutrición enfocados a la menopausia. Me parecía interesante que en el entorno de una clase de cocina de una forma amena y divertida se hablase de la menopausia y cómo afrontarla desde la alimentación en esta nueva fase de la mujer, en la que la alimentación es clave. De hecho, pegué carteles por la ciudad con la palabra menopausia bien grande para que empezase a hablarse de ello y quitarse ese miedo tan siquiera a nombrarla.

Ahora cada vez hay más conciencia del sistema hormonal de la mujer y sus diferentes fases. Y por ejemplo en el síndrome del ovario poliquístico, la alimentación y el estilo de vida juegan un papel muy importante.

## 5-Actualmente estás pasando consulta en "Women, tu espacio", en el barrio de Gros, háblame de este proyecto

Tres mujeres emprendedoras como son **Onintze Erquicia, Naroa Juárez e Irune Zubiaurre** se hicieron la siguiente pregunta: ¿Qué necesita una mujer para sentirse bien? Y se liaron la manta a la cabeza creando un centro donde se da un servicio integral para el cuidado de su salud englobando tanto el bienestar físico como mental de las mujeres. En *Women* se pone a disposición de todas sus socias un amplio equipo profesional de entrenadoras, fisioterapeuta, nutricionista, psicóloga... Siempre con el objetivo de ayudarles a alcanzar la salud plena y hacerlo, además, en un entorno sostenible y en un ambiente natural y cálido.

En ese contexto se ha puesto en marcha también un Club Social que permite a todas sus socias crear comunidad y sentirse en familia. En él se celebran charlas que tienen como base la salud en el sentido más amplio del término, teniendo también en cuenta la salud mental. Women está siempre en movimiento para seguir creando redes y sus siguientes pasos son el de colaborar con diferentes asociaciones como, por ejemplo, la *Fundación Why Not* o la *Asociación Contra el Cáncer*. Women está ubicado en la c/ Jose María Soroa 25 y te están esperando!

## 6-Entramos en una época de muchas reuniones con amigos y familiares, sobre todo tras el parón de los últimos años ¿Cómo comer sano sin renunciar a una buena vida social?

Seguir una alimentación sana, mantener unos hábitos de vida saludable y llevar una vida social activa no siempre es fácil de combinar. Pero las tres son importantes y unas no deben dejar fuera a otra.

Por un lado están las pautas concretas, por ejemplo una bajada de calorías en nuestra alimentación en un momento puntual. Y por otro lado está el que se quiera comer de forma saludable en la vida social de forma habitual. Primero tenemos que concienciarnos que tenemos que respetar la alimentación que cada uno quiera hacer. El otro día, entre amigos comenté que había cenado una ensalada de remolacha y me dijeron: "¿Estás a dieta?" "No, me encanta la remolacha" respondí. Tenemos que ser conscientes de que podemos comer lo que creamos conveniente sin que nadie sea quién para juzgarlo.

No hay que olvidar que la vida social es un momento de disfrute y muchas veces no se puede llevar una alimentación salu-



dable al 100%, por ello hay que ser flexible. Y más cuando nos ponen delante platos deliciosos e irresistibles. Recordemos que llevar una alimentación saludable se basa en lo que comemos cada día, día tras día, conformando nuestro patrón de alimentación. Así que podemos dejar para los eventos sociales esos platos o productos que no comemos habitualmente en nuestro día a día. Y si desde el viernes a la noche hasta el domingo mediodía hacemos vida social, si antes pedíamos cuatro o cinco raciones que eran un desastre nutricional, de frituras y demás, ahora pedimos tres de esas y otra que sea de ensalada, por ejemplo. Y si se hace un exceso un día de manera esporádica, comas lo que comas no te va a afectar.

Y entre copa y copa, si creemos que por el evento o vida social que tengamos podemos tomar algo sin alcohol o mejor agua, para evitar la resaca del día después, mejor todavía.

## 7-¿Qué nos hace falta? ¿Qué crees que necesitamos para volver a conectar con la importancia de nutrirnos de la manera adecuada?

Para mí, una de las cosas que podría hacer mucho es volver a recuperar el amor por la cocina, dedicarle un poco más de tiempo. E involucrar a la niñez en esta tarea. Al igual que les enseñamos a hacerse la cama, que también sea parte de ese aprendizaje básico para nuestra vida, por supuesto ajustándose a cada edad.

**H**acia los años 60 del siglo pasado, en Donosti, el pescado navideño por excelencia era el besugo. Si, si, el hoy en día más que cotizado besugo era en aquel entonces imprescindible plato principal en las fiestas, en casi todos los hogares de la ciudad. Por aquellos tiempos se pescaba mucho besugo. Barcos de altura y de bajura, de arrastre y de anzuelo traían tanto al puerto de Pasajes como al muelle donostiarras cajas y cajas del preciado pescado.

Y precisamente por eso, había besugo para todos.

Los hogares más pudientes se llevaban las piezas más bonitas, las pescadas a sedales y anzuelos, que eran las más rojas y vistosas, aunque se comentaba, que tenían menos sabor, ya que probablemente estaban tan recién pescadas que aún, como dice mi clienta Maribel, no tenían ni gusto. Por otro lado, los besugos pescados con técnicas de arrastre iban destinados a las familias menos solventes, aunque con gusto por el buen comer. Éste era más oscuro de color que el de anzuelo, indudablemente más barato, y con mucho sabor, fruto de los días pasados desde su captura, pudiendo su carne asentarse y sacando esa fuerza que les faltaba a los de anzuelo.

En cualquier caso, el besugo, a pesar de ser un pescado abundante en las lonjas y puertos de entonces, no perdía su encanto de pescado rico y lucido. En las casas modernas, que ya disponían de horno, se asaba el besugo en él, después de los espárragos y una buena sopa de pescado. Y en las que el horno no había llegado aún, se cocinaba en la chapa de la cocina económica. Se colocaba el pescado en una besuguera, como las de ahora, y allí se asaba sobre la chapa vuelta y vuelta. Había quién le introducía en orificios en la piel unas finas rodajas de limón, pero no todo el mundo.

Después se le añadía el refrito habitual, y a comer.

El sabor de ese besugo tan abundante en nuestras costas en aquellos años y algunos después no abandona mi cerebro sensorial. Era el sabor a besugo, besugo.

Hace años que no lo he vuelto a saborear, lo reconocería al instante, y mira que lo he buscado. Igual que el de las manzanas reinetas de las caseras de la Bretxa o el de las patatas fritas en manteca que me preparaba mi abuela cuando volvía del cole. Son sabores de la niñez que nos acompañan para siempre.

Pero volviendo a los menús navideños, es curioso observar que en estos 60 años no han cambiado tanto en nuestra sociedad. En casi todas las casas se sigue preparando un buen caldo de carne o una buena sopa de pescado, además el espárrago sigue siendo un imprescindible en los aperitivos, y muchos hogares culminan sus platos salados con un buen pescado al horno.

Quizás ya no pueda ser besugo, porque su escasez hace que sus precios no estén al alcance de todos, pero otros pescados de nuestras costas son bienvenidos para Navidad como la lubina, la corvina, el rape o la propia merluza, tan presente todo el año y tan apreciada en nuestra gastronomía como para presentarla en la mesa navideña. El pescado asado con su refrito sigue siendo hoy en día un clásico elegante y soco-



rrido para cualquier ocasión, incluyendo los menús navideños. Por eso hoy quiero compartir con vosotros la clásica receta de pescado al horno con su refrito, para recordar al que la haya olvidado, para mostrársela al que no la sabía, y para recordar a todos, que seguimos disfrutando en Navidad con las recetas de nuestras abuelas.

## PESCADO AL HORNO CON SU REFrito

Se precalienta el horno a 180 grados.

Se coloca el pescado en cuestión (rape, merluza, lenguado, lotxa...) en un recipiente para horno añadiéndole únicamente sal al gusto y un poco de aceite de oliva. Y se introduce en el horno.

Dependiendo del tipo de pescado necesita más o menos minutos de horno para estar cocinado, en función de su grosor y sobre todo su textura, siendo por ejemplo la merluza de textura más blanda y por lo contrario el rape y el lenguado de textura más recia, necesitando por lo tanto unos minutos más. Es recomendable a los 12-15 minutos abrir un poco el pescado con un tenedor para ver cómo va.

Una vez asado se saca el pescado y se observa que en el fondo ha soltado mucha agua o jugo propio de él, especialmente el rape, no preocuparse, es normal.

A continuación se fríe en una sartén aceite de oliva, con unos ajos en láminas y cayena al gusto. Se vierte el refrito sobre el pescado.

Moviendo el recipiente manualmente se intenta ligar el refrito recién vertido con el jugo del pescado y una vez conseguido se vuelve a volcar la mezcla a la sartén. Allí se echa un buen chorro de vinagre de vino y se va ligando todo al fuego muy muy muy lento porque de lo contrario salta violentamente. Con todo esto se consigue una salsa blanca gordita y de extraordinario sabor que finalmente se vierte de nuevo sobre el pescado y a la mesa. Se puede espolvorear un poco de perejil para adornar el plato.

Onegin!!

**Carol Archeli**

Pescadería Espe-Mercado de la Bretxa  
DONOSTIA





Lo nuestro es la Higiene™

**ADORNA TUS MESAS CON**

*espíritu navideño*



**¡ FELICES FIESTAS !**

Polig. Joxe M<sup>a</sup> Korta Industrigunea-Parc. A-6, Nave 6  
20750 ZUMAIA (Gipuzkoa)  
Tel: 943 491 177  
clientes@netyafer.com



Lo nuestro es la Higiene™

Síguenos en icons for Instagram, Facebook, Twitter, LinkedIn, and YouTube.

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

## Recetas pensadas para niñas y niños con inquietudes culinarias



### TURRÓN DE CHOCOLATE CRUJIENTE CASERO

#### INGREDIENTES:

- 250 grs de chocolate con leche
- 75 grs de mantequilla
- 50 grs de nata líquida
- 100 grs de arroz inflado de chocolate tipo choco Crispys de Kellogg's.

#### ELABORACIÓN:

1. En un bol de cristal poner el chocolate, la mantequilla y la nata.
2. Cocinar al microondas a media potencia de 1 minuto en 1 minuto, hasta que todos los ingredientes se fundan.
3. Remover con una espátula de vez en cuando hasta hacer un chocolate fluido.

#### Txemari Esteban

Asador Botarri  
Oria 2. TOLOSA



4. Añadir Los choco crispis y remover hasta incorporar.
  5. En un molde rectangular verte la preparación y dejar enfriar en el frigo durante 3 horas hasta que endurezca el turrón.
  5. Partir en cuadrados y servir.
- Podemos aromatizar el chocolate con ralladura de naranja o esencia de vainilla.

Receta elaborada por 1º de Cocina de Oleta Berri.



**MASKARADA**  
Eskura ezazu!

EUSKAL TXERRIAREN ARTISAUAK



**MASKARADA**  
Euskal Gastronomía

Tel.: 948 504 236 · [www.maskaradadenda.com](http://www.maskaradadenda.com)



La receta de... **AINARA LÓPEZ**

**CROQUETAS DE CHIPIRÓN**

**E**Se acercan las navidades y es verdad que vivimos un momento complicado a lo que a precio de la cesta de la compra se refiere. Quizás también pecamos de no querer o no saber movernos de esos menús caros casi impuestos a foto de propaganda de grandes almacenes o película navideña de las cuatro de la tarde. Llevo unos años intentando inculcar que **agasajar a los tuyos no pasa por vaciar la cartera sino en decorar una bonita mesa y cocinar con tanto amor como el empeño que le pongas a la presentación de los platos**. De ahí la receta de hoy, porque estoy segura que en muchas casas estas fiestas no va a poder haber bogavantes ni langostas, ni tan siquiera se podrá dar de comer chipirones en su tinta a una docena de invitados. Te traigo la idea para que no renuncies a ellos y de alguna manera pueda llegar su sabor a todos los miembros de la familia. Poner esta receta en la mesa sacará la sonrisa de tus comensales y además no te habrás dejado un dineral. Además creo fervientemente que jamás debería faltar una croqueta en reunión o sarao que se precie, no debería de faltar en tascas, bares y restaurantes. Larga vida a las buenas croquetas.

**CROQUETAS DE CHIPIRÓN**

**INGREDIENTES:**

600 gr de leche; 65gr de harina de trigo; 3 ó 4 chipirones medianos; 1 cebolla morada pequeña; 3 cucharas soperas de tomate natural triturado; 2 sobres de tinta de chipirón; Aceite de oliva virgen extra; Sal; Huevo; Pan rallado o Panko.

**ELABORACIÓN:**

1. Limpiaremos los chipirones y cortaremos en dados pequeños. Picaremos la cebolla también.
2. Pocharemos la cebolla en la cazuela con un poco de aceite, añadiremos la harina, rehogaremos bien. Iremos añadiendo la leche poco a poco sin parar de remover. Cocinaremos durante unos 15 minutos.
3. Añadiremos los chipirones en su tinta a la bechamel y cocinaremos conjuntamente otros diez minutos mas.
4. Pondremos la masa en un plato, taparemos bien con film transparente y dejaremos en el frigorífico al menos 8 horas.



5. Sacaremos la masa del frigorífico y empanaremos primero dándoles forma con un poco de harina para después pasarlas por huevo y pan rallado.
6. Freiremos en abundante aceite de oliva caliente y sacaremos a un plato con papel de cocina.

**Mi web:** <http://unrincondemicocina.com/>  
**Youtube:** <https://www.youtube.com/user/ainaralo>  
**Instagram:** @ainaralo  
**Facebook:** Un rincon de mi cocina



**Aina López**  
 Madre y divulgadora gastronómica  
 DONOSTIA



ARROPA ETA DEKORAZIO  
 NAUTIKOA



Kale Nagusia, 14 - DONOSTIA | Tel./Faxa: 943-42 47 97 | [enbatadenda@gmail.com](mailto:enbatadenda@gmail.com) | [www.enbata.eus](http://www.enbata.eus)

## Recetario erótico-festivo para vascos en apuros

### EL AMOR VIENE EN "TÁPER"

**L**os medios para llegar al estómago-corazón de nuestra amada pueden ser insospechados. Es verdad que en esto del erotismo y la comida lo primero que nos suele venir a la cabeza es una cena romántica, con velas, música suave, una iluminación tenue... pero en ocasiones nuestra amada, o crush que se dice ahora, permanece ignorante de nuestros desvelos y no parece percibir las señales que le mandamos, cual pavo real desplegando su cola. También es cierto que los vascos somos de natural tímido y recatado y nos cuesta emitir esas señales. A lo que voy es que a veces no es fácil llegar a ese momento de cena en la intimidad con nuestra vasquita del alma. En el caso de que ella sea una compañera de trabajo o sepamos que se lleva la comida al mismo, podemos prepararle un tupper que definitivamente le haga fijar su atención en nuestra persona y tenga el efecto de que dejemos de ser invisibles para ella.

Necesitamos saber qué tipo de comida le gusta, pero a un porcentaje muy alto de las mozas de hoy en día les pirran las ensaladas, así que le vamos a preparar una espectacular y sobre todo se la vamos a preparar con mimo, para que cuando la vea y se la coma se dé cuenta de lo detallistas que somos.

Vamos a coger algo verde que no sea la clásica lechuga. Las espinacas van de maravilla. Además, tomatitos cherry partidos por la mitad, briñon dulce cortado en gajos (y si no pera que esté dulce o en último caso manzana roja o gajos de naranja repelados), nueces o láminas de almendra tostadas (en este caso se ponen en un botecito aparte) y un queso azul que no sea de los más potentes. La lista es orientativa y siempre podemos centrar más el tiro si conocemos sus gustos. En un bote ponemos sal, aceite y vinagre. De este último podemos echar más cantidad de lo normal porque lo vamos a compensar con una cucharadita de miel, un toque de cúrcuma y una pizca de canela.



Cogemos un cesto que sea cuqui, le ponemos un trapo o servilleta de esos a cuadros rojos y blancos y disponemos el tupper, las almendras, el bote de vinagreta y un bollo de pan de esos especiales de la panadería que conocemos que aún hace pan de verdad.

No tenemos que darle la cesta directamente si no dejarla donde ella la encuentre con una nota sugerente que le dé una idea de quién es esa persona maravillosa que se preocupa por su salud y su disfrute a partes iguales. Evidentemente esto por sí solo no nos abrirá las puertas de su alcoba, pero la caminata más larga comienza con un primer paso.

**Carlos Lahoz**

Miravientos Distributions  
ELGOIBAR



La Gata con Botas

Boutique  
Erótica



Ven a visitarnos y descubre  
las últimas novedades

[www.lagataconbotas.es](http://www.lagataconbotas.es)

C/Karmelo Etxegarai Nº 7 - DONOSTIA  
Tf. 943 310 270 - 638 847 789  
patricia.lagataconbotas@gmail.com



*“Vermut elaborado con vino base de  
godello y sauvignon blanc, botánicos y  
mucho alegría.”*

*Excelente aperitivo antes de comer, pero  
yo a veces me lio y cuando llego a casa ya  
han comido...”*

# VIVA LA VIRGEN

V E R M U T

Un poquito de alegría  
embotellada

Miravientos Distributions  
**618 259 339**

# PASIÓN POR LA SIDRA... Y LA GASTRONOMÍA !!


**SAGARDO BEREZIAK / Sidras especiales**


Urbitarte

Urbitarte D.O.

Jentilen Lurra

Sidra Saarte

**PLATER DESBERDINAK / Platos diferentes**


## URBITARTE SAGARDOTEGIA

Ergoiena auzoa, z/g - ATAUN • Tf: 943 18 01 19 • [www.urbitartesagardotegia.com](http://www.urbitartesagardotegia.com)

### EGUZKITZA

SIDRA ELABORADA CON  
MANZANAS DE TOLOSALDEA

### TOLOSA

USABAL AUZOA, 25  
TEL. 943 67 26 13  
[sidreriageuzkitza.com](http://sidreriageuzkitza.com)



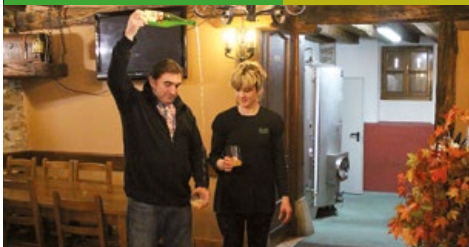
**Jon Zipitria** dirige esta sidrería abierta en 1995 por sus padres, Rufino y M<sup>a</sup> Luisa y que en 2020 cumplió 25 años. Cuenta con 13 depósitos de inoxidable en los que se elabora su sidra, hecha **exclusivamente con manzanas de Tolosaldea**. Además del menú de sidrería, en Eguzkitza ofrecen Bacalao con tomate y Bacalao al pil-pil. Menú de sidrería: entre 35 y 40 € (en función de la carne que se consuma) Eguzkitza guarda, en su planta superior, un pequeño **museo** con artículos antiguos relacionados con la elaboración de la sidra. En diciembre, abierto viernes y sábado para comidas y cenas y domingo al mediodía. A partir del 5 de enero, Cenas a partir de las 20:00h. de martes a sábado y comidas los viernes, sábados, domingos y festivos. **Cierra:** Lunes

### OLAGI

SIDRERÍA Y ASADOR  
ABIERTO TODO EL AÑO

### ALTZAGA

HERRIKO PLAZA  
TEL. 943 88 77 26



En el corazón de Goierri, **Jose Antonio Olano** y M<sup>a</sup> **Jose Arregi** regentan este asador y comercializan su propia sidra. Olagi es ideal para celebraciones. Además del **menú de sidrería** encontramos una carta con una cocina con especialidades como Ensalada de queso de cabra y confit de pato, Ensalada de bacalao y pimientos, Pescados frescos a la parrilla, Chuletón, Entrecot, Costilla, Tartas caseras... Destaca el **Pollo de caserío Eusko Label**, servido por encargo, y criado por el propio Jose Antonio. **Carta:** 25-30€ **Menú de sidrería:** Alrededor de 35€ **Menú fin de semana:** (24 €, IVA incluido) **Cierra:** De lunes a jueves. En temporada de Txotx, a partir del 20 de enero, abierto de miércoles a domingo, comidas y cenas. **Tarjetas:** Todas. Aparcamiento.

# Kalitatezkoa bada, gorria da

Si es de calidad, es roja



# SIDRERÍAS DE GIPUZKOA

## BIDASOA

### IRUN

**OLA** Barrio Meaka, s / n. Tf. 943 62 31 30

## DEBABARRENA

### ITZIAR-DEBA

**TXINDURRI-ITURRI** Bº Mardari, 12. Tf.943 19 93 89

## DONOSTIA

### DONOSTIA

**ARAETA** Berridi Bidea 22 (Zubieta). Tf. 943 36 20 49

**BARKAIZTEGI** Barkaiztegi Bidea, 42. Tf. 943 45 13 04

**CALONGE** Padre Orkolaga, 8 (Igeldo). Tf. 943 21 32 51

**GARTZIATEGI** Martutene Pasealekua, 139. Tf. 943 46 96 74

## DONOSTIALDEA

### ANDOAIN

**GAZTAÑAGA** Buruntza Auzoa. Tf. 943 59 19 68

### ASTIGARRAGA

**BEREZIARTUA** Bere-Aran Etxea. Tf. 943 55 57 98

**GURUTZETA** Oialume Bidea 63. Tf. 943 55 22 42

**PETRITEGI** Petritegi Bidea 8. Tf. 943 45 71 88

**ZAPIÁIN** Kale Nagusia 96. Tf. 943 33 00 33

**ALORRENEA** Alorrenea Bidea 4. Tf. 943 55 56 97

**ETXEBERRIA** baserria enea Santiago. Tf. 943 55 56 97

**LARRARTE** baserria. Tf Muñagorri-enea. 943 55 56 47

**REZOLA** Santio Zeharra 14. Tf. 943 55 27 20

**IRETZA** Troia Ibilbidea 25. Tf. 943 33 00 30

### HERNANI

**ALTZUETA** Osinaga 7. Tf. 943 55 15 02

**IPARRAGIRRE** Osinaga 10. Tf. 943 55 03 28

**ITXAS-BURU** Osinaga 54. Tf. 943 55 68 79

**ZELAIA** Martindegi Bailara 29. 943 55 58 51

**OTSUA-ENEA** Osinaga Auzoa, 36. Tf. 943 55 68 94

**AKARREGI** Akarregi bailara 5. 943 33 07 13

### URNIETA

**OIANUME** Ergoien Auzoa 18. 943 55 66 83

**ELUTXETA** Oztaran bailara 34. 943 55 69 81

### USURBIL

**AGINAGA** Auzoa Aginaga. Tf. 943 36 67 10

**SAIZAR** Kale-Zahar 39. Tf. 943 36 45 97

**ARRATZAIN** Arratzain Zahar Baserria. Tf. 943 36 66 63

## GOIERRI

### ALTZAGA

**OLAGI** Altzaga Bidea, 1. Tf. 943 88 88 26

### ATAUN

**URBITARTE** Barrio Ergoiena s / n. Tf. 943 18 01 19

### LEGORRETA

**AULIA** Barrio Guadalupe s / n. Tf. 943 80 60 66

### OLABERRIA

**ETXE ZURI** Errekalde Auzoa. Tf. 943 88 20 49

### ORDIZIA

**TXIMISTA** Gudarien Etorbidea, 2. Tf. 943 88 11 28

### ZERAIN

**OTATZA** Otatza etxea, 5. Tf. 943 80 17 57

**OIHARTE** Hirukaketa gaina. Tf. 686 29 91 58

## GORBEIA-SUR

### ARAMAIO

**ITURRIETA** Bº Arraga 2, Ibarra. Tf. 945 44 53

## OARSOALDEA

### ERREENTERIA

**EGI-LUZE** Auzoa Zamalbide. Tf. 943 52 39 05

### OIARTZUN

**ETXE-ZAHAR** Putxutxoerreka, 2. 943 49 32 26

**ARISTIZABAL** Txalaka bidea 4 (Iturriotz). Tf. 943 49 27 14

## TOLOSALDEA

### ADUNA

**ABURUZA** Auzoa Goiburu. Tf. 943 69 24 52

**ZABALA** baserria Garagartza. Tf. 943 69 07 74

### IKAZTEGIETA

**BEGIRISTAIN** baserria Iturrioz. 943 65 28 37

### LIZARTZA

**GOIKOETXEA** Elbarrena 9 Aroztegi Baserria. Tf. 943 68 21 75

### TOLOSA

**EGUZKITZA** Usabal Auzoa 25. Tf. 943 67 26 13

**ISASTEGI** Aldaba Txiki Auzoa 16. Tf. 943 65 29 64

## UROLA ERDIA

### AZPEITIA

**ANOTA** Barrio Elosiaga s / n. Tf. 943 81 20 92

## UROLA KOSTA

### AIA

**IZETA** Auzoa Elkano. Tf. 943 83 29 86

**SATXOTA** Santio Erreka 3. Tf. 943 83 57 38

### ZARAUTZ

**ARIZIA** Aitze Auzoa, 531. Tf. 943 10 04 89

### ZESTOA

**EKAIN** Irure Txiki baserria, Astotxiki bidea 4. Tf. 943 14 80 33

Sidras  
**BEREZIARTUA**  
Sagardoak

*Bertako Sagardoa,  
gure sagardoa.*





**CASA JAUREGI (Donostia)**

## ¿ALGUIEN HA DICHO VINO?

Los amantes del vino y los productos gourmets están de enhorabuena desde que hace 7 años, y a la vista de la durísima competencia de las grandes superficies, **José Luis Jauregi** decidiera cerrar su carnicería de Altza y dedicarse de lleno a la distribución de vino, conservas, embutidos y otras delicias de calidad comprobada.

**D**icho y hecho, este carnicero, hijo de ganaderos y nieto de tratantes tomó la firme decisión de abrir, en lo que era su almacén de carne, su nuevo negocio, abandonando el reino animal y centrándose en el vegetal, ya que la mayoría del género con el que trabaja ahora proviene de la uva y de las diferentes hortalizas de Navarra que vende en diferentes tamaños y formatos, siempre en conservas de calidad: Espárragos, alcachofas, pimientos del piquillo, menestras, guindillas, aceitunas...

La decisión no fue fácil, sobre todo teniendo en cuenta que José Luis superaba ya los 50 años, pero tampoco muy complicada ya que la sección "gourmet" era una parte de su carnicería que había ido creciendo año tras año, con lo que este andoaindarra afable y servicial ya estaba familiarizado con las bodegas y conservas que serían a partir de entonces sus principales proveedores.

Y tan bien le ha ido a José Luis que hasta ha creado su propia marca, **Illarramendi**, en homenaje al caserío del mismo nombre en el que vio la luz allá por 1964. Con ese nombre en Casa Jauregi encontraremos Piparras, Lomos de atún, Bonito en aceite de oliva, Vino de Navarra, Sidra de Astigarraga, Cava, Miel... productos procedentes de proveedores de confianza de Jose Luis y que selecciona personalmente basándose en sus gustos y en la calidad.

### Una enorme variedad de productos en un espacio abierto

Eso sí, trabajar con su propia marca no quita que José Luis y losu, su hijo y principal apoyo, tengan cientos de productos y marcas de prestigio en su amplio almacén. Así, si recorremos sus pasillos nos encontraremos con vinos de Rioja de **Bodegas Heras Cerdón**, **Belezos...** y otras muchas así como **Txakoli Sagarniá**, **Miel del tío Picho**, **Legumbres castellanas** de gran calidad, **Quesos**, **Aceites de oliva**, **Licores...** Casa Jauregi, además está abierto al público, con lo que cualquier particular puede acercarse, aparcar cómodamente en el parking gratuito adyacente y perderse en sus pasillos. Este local abre al público de lunes a viernes de 9 a 14 y de 16:30 a 19:30 y los sábados de 10 a 14.

### Lotes para Navidades.

Estamos a un paso de las Navidades y en Casa Jauregi también encontraremos **lotes a la carta según presupuesto**. "Desde 10 ó 15 euros hasta donde quiera el cliente" como subraya José Luis. Además, los lotes son preparados y presentados de manera impecable en bonitos estuches de cartón o madera, pues el objetivo principal es, por supuesto, satisfacer y agradar al cliente. Y es que al final, tras la dura decisión que supuso el cambio inicial y ya encarrilados, todo se resume en la frase con la que nos despide José Luis: "Nuestro objetivo es ganarnos la vida con las cosas que nos gustan". Y que así sea.



**CASA JAUREGI**  
**Txingurri Pasealekua, 28 L-31**  
**DONOSTIA - Tf. 948 39 91 56**





# HERAS CORDÓN

## BODEGAS Y VIÑEDOS



**DISTRIBUIDORES OFICIALES  
PARA GIPUZKOA**

**DONOSTIALDEA**



**CASA JAUREGI**

Txingurri Pasealekua 28, local 31  
20017 DONOSTIA  
Tf. 943 39 91 56  
email: donostisl@gmail.com

**TOLOSALDEA**

B O D E G O N

# BENTA-ALDEA

ANOETA: Polígono Industrial 38  
TOLOSA: Paseo Belate 1  
Tf. 943 65 40 79 / 943 50 66 38  
email: info@bentaldea.com

**EIBAR Y COMARCAS**

## COLONIALES ANSELMO GONZÁLEZ

Barrena kalea 46  
20600 EIBAR  
Tf. 943 12 02 02  
email: coloniales@clubsibares.es

*"Precisión, elegancia y frescura de  
60 hectáreas de viñedos propios"*


**KABIA (Zumarraga)**

## 25 AÑOS ESCONDIDO

Dos soles Repsol, el reconocimiento de todo un pueblo, Zumarraga, que lo considera uno de sus grandes pilares culinarios y ha respondido siempre haciendo que un restaurante gastronómico viva de la clientela local, una oferta culinaria extraordinaria, y aún así Kabia sigue siendo uno de los grandes desconocidos de Gipuzkoa a 25 años de su apertura.

El pasado 27 de noviembre el Restaurante Kabia cumplió su primer cuarto de siglo de existencia, y lo cumplió de la misma manera que ha avanzado a lo largo de las dos décadas y media transcurridas desde su apertura en otoño de 1995: de una forma **discreta y eficiente**: celebrando un lunch a puerta cerrada al que invitaron a sus mejores clientes, a una selección de medios y a un puñado de amigos. Nada más. Ni rueda de prensa, ni vídeo promocional ni ninguna estrategia de marketing. El lunes, como siempre, cerró por descanso semanal y el martes reanudó su actividad como si tal cosa, como reza el tango de Gardel, "que 20 años no es nada", 25 en este caso.

**Juanma Hurtado**, sin embargo, podría ser un personaje mediático. Acude al campo a recolectar los hongos y setas que utiliza en sus preparaciones, cultiva con sus propias manos un huerto en Ezkio del que obtiene habas, tomates, puerros... que asimismo van directos a sus ensaladas, fondos, salsas... tiene un glorioso pasado en el que recorrió grandes restaurantes y se codeó con chefs de relumbrón... vamos, que daría juego para redactar pomposamente eso tan de moda a lo que los técnicos en promoción llaman "relato".

Pero no, Juanma y su fiel **Bikendi** pasan de relatos, pasan de cuentos. Ellos lo que quieren es cocinar y disfrutar y evitan los saraos y compromisos que podrían abrirles otras puertas pero que también conllevarían el cierre de otras que ha costado más de 9.000 días mantener abiertas, y como bien subraya Hurtado en la charla que mantenemos tras la inolvidable comida que nos ofreció para celebrar la efeméride "nosotros nos debemos a nuestro público, nuestros clientes, los que nos han apoyado día a día". Así de sencillo y así de claro.

Poco más que decir, por lo tanto, sobre la "teoría" de este maravilloso restaurante, así que vayamos a lo práctico: Kabia ofrece de miércoles a domingo los mediodías y tan solo las noches del sábado **una cocina eminentemente de temporada** en la que tratan de conducir al cliente al **menú degustación** que consideran la mejor expresión de su labor. Este menú, digno de una estrella Michelin, consta de aperitivo, cinco platos y postre al irrisorio precio de 54 euros, IVA incluido. (Bebida aparte, faltaría más). También cuenta con **menú del día** de miércoles a viernes, en este caso a 28 euros pero con el mismo nivel que su carta o degustación. Y también elaboran **menús personalizados** para ocasiones a partir de 60 euros. Su cocina es esencialista, centrada en exprimir todas las potencialidades del producto y sacarle todo su sabor, su jugo, su alma. La técnica y el nivel culinario son más que evidentes en cada plato, platos en los que encontramos **continuos guiños a la cocina tradicional** pero siempre dándole una vuelta de tuerca a los platos, jugando con las texturas y cocciones, improvisando... cada plato es una sorpresa y una fiesta en este restaurante en el que, por supuesto, el servicio, la decoración, la vajilla, el trato, la iluminación... va en consonancia con la comida. Zorionak, Kabia.


**KABIA**
**Legazpi, 5 - ZUMARRAGA**
**Tf. 943 72 62 74**

# Aimarez

Vinos y bodegas propias  
en Labastida  
(Rioja Alavesa)



*"Ez dugu inor baino  
hobeagoak izan nahi,  
atzo egindakoa  
hobetzea baizik".*

*"No intentamos  
ser mejor que nadie,  
sino mejorar  
lo que hicimos ayer".*



MACERACIÓN  
CARBÓNICA



EDICIÓN  
LIMITADA



BLANCO VIURA

**BODEGAS EL OTERO - 659 052 748 - [www.aimarez.com](http://www.aimarez.com)**



# FLASH

# GASTRONOMIKOAK

## LAS IMÁGENES DEL TRIMESTRE

Josema Azpeitia / fotografías: Ritzar Tolosa y Josema Azpeitia



**EIBAR... CALAO !!** Tras dos años de parón, el 27 de noviembre volvió a celebrarse el Campeonato de Bacalao de San Andrés en Eibar con la participación de 31 parejas, resultando vencedores **Nekane Iparragirre y Jesús Mari Iparragirre**, que fueron premiados con trofeo, txapela, un cheque de 300 euros y un lote de productos ofrecido por Bacalao Alkorta, Aceites Urzante y Solera Eibarresa. Los Segundos fueron **Roberto de los Toyos y Agustín Aguirre** que se hicieron con Trofeo, 200 euros y lote y los Terceros fueron **Margarita Iparragirre y Luis Ayuso** de Herriaren Etxea - Casa del Pueblo que recibieron 100 euros y un lote de Solera Eibarresa y Urzante. El concurso contó por primera vez con la cocinera y escritora **Angelita Alfaro** como miembro del jurado, así como con el gallego **Joaquín Arnesto**, de Atlantic Quality Fish, amigo y proveedor de Alkorta en Islandia y el productor islandés **Elis Gretarsson**, de la empresa Bulanstidur. También tomaron parte la cocinera **Mª Mar Rivademar**, del Portalea de Eibar, y los habituales **Xabier Osa, Aitor Buendía y Josema Azpeitia**.



con  
*Aitor Buendía*

### LA RUTA SLOW



Domingos y festivos 13 h.



Sábados, 17 h.





### TIEMPO DE CALÇOTS

El restaurante All i Oli de Martutene se encuentra sumergido en plena temporada de Calçots, la rica verdura catalana que se consume bra-seada y untada con salsa romesco. De lunes a viernes se sirve el muy recomendable **Menú de calçotada** a 36 € (Aperitivo+Calçots+Mixto de butifarra con mongetes+Pan tostado con tomate+Café+Copa de Cava+Bebida), una excelente propuesta que se suma a su igualmente atractivo **Menú del día** (16,50€) y a su **Menú degustación** (31,50€). All i Oli abre los mediodías de miércoles a domingo y para cenas los viernes y sábados, cerrando lunes y martes por descanso semanal. Este restaurante se encuentra a 100 metros del apeadero de Renfe de Martutene y cuenta con un parking gratuito a pocos metros.

### ALL I OLI Restaurante catalán de montaña

Okendotegi, 2 -Martutene- DONOSTIA

Tf: 943 46 02 96 - [www.alliolidonosti.com](http://www.alliolidonosti.com)

**Maitiana**  
La bombonería de  
San Sebastián

C/ Peñaflorida, 6 Bajo Donostia- San Sebastián

Salón de Chocolate  
Cafetería  
Bombonería





**EUSKAL HERRIA EN CÁDIZ.** A mediados de noviembre nuestro coordinador, **Josema Azepeitia**, acudió como profesor de Teoría de la Gastronomía Vasca a la **Universidad de Cádiz (UCA)** dentro del Grado **Masteriam** coordinado por el periodista gastronómico **José Berasaluce**. Azepeitia aprovechó para ofrecer dos degustaciones de diferentes productos de Euskal Herria tanto a los alumnos y alumnas del grado en las dependencias del **Casino de Cádiz** como en la recién inaugurada **Listán Wine Tasca**. Los asistentes pudieron catar productos de **Bereziartua, Urbitarte, Aimarez, Murgialdai, Orbela, Azkarra, Salanort, Makatza, Zibelzu, Marskarada y Rafa Gorrotxategi**, casas que colaboraron desinteresadamente con estos actos.



# HERAS CORDÓN

## BODEGAS Y VIÑEDOS



**DISTRIBUIDORES OFICIALES  
PARA GIPUZKOA**

**DONOSTIALDEA**



**CASA JAUREGI**

Txingurri Pasealekua 28, local 31  
20017 DONOSTIA  
Tf. 943 39 91 56  
email: donostisl@gmail.com

**TOLOSALDEA**

B O D E G O N

# BENTA-ALDEA

ANOETA: Polígono Industrial 38  
TOLOSA: Paseo Belate 1  
Tf. 943 65 40 79 / 943 50 66 38  
email: info@bentaldea.com

**EIBAR Y COMARCAS**

## COLONIALES ANSELMO GONZÁLEZ

Barrena kalea 46  
20600 EIBAR  
Tf. 943 12 02 02  
email: coloniales@clubsibares.es

*"Precisión, elegancia y frescura de  
60 hectáreas de viñedos propios"*

Comer en  
**GIPUZKOA**  
non jan

Más información acerca de estos restaurantes en...

**www.ondojan.com**

¡tu gastroweb!

## ALBIZTURKO OSTATUA

ALUBIADAS, COCINA TRADICIONAL  
Y TOQUE CATALÁN



La catalana **Marta Deulofeu** dirige desde el pasado mes de diciembre este Ostatu situado en los bajos del Ayuntamiento de Albiztur ofreciendo una cocina casera en la que encontraremos **algunos toques de su tierra** como Ensalada de bacalao con tomate confitado, Risotto de hongos (sin nata), Conejo en salsa, Pollo con setas... además de platos combinados elaborados con Merluza, Txipirones a la plancha, Chuletillas de cordero, Costilla de cerdo... y, como no, **alubias completas** con todos los sacramentos todos los días de la semana. Los viernes se sirve pintxo-pote por las tardes. **Menú: 12€ Menú fin de semana: 25€ Alubias: 22€** (Iva y bebida incluida) **Cierra:** Tardes de martes y jueves.

## ALBIZTUR

HERRIKO PLAZA  
TEL. 943 00 59 22

## TXINTXARRI

PARA TODAS LAS EDADES  
Y PRESUPUESTOS



Txintxarri es un lugar **genial para acudir con toda la familia**, dotado de un hermoso parque infantil, terraza y jardín. Es también ideal para celebraciones y grupos, según presupuesto. Destacan sus desayunos con zumos naturales, repostería y pintxos a partir de las 8:00. La cocina de Txintxarri es tradicional, con platos como Alubias; Ensalada de bacalao; Revuelto de hongos; Bacalao frito con pimientos; Pescados al horno (Rape, Lubina, Cogote); Solomillo y Chuleta de buey, Postres caseros... También cuenta con una amplia variedad de Platos combinados, pintxos y raciones. **Carta: 30€ Menú: 11€** (sábado incluido) **Menú domingo: 18€** (Café e IVA incluido) **Menús grupos: 12 menús** entre 23 y 60€ **Cierra:** Lunes tarde. **Tarjetas:** Todas. Parking.

## ALEGIA

ERBETA, 2  
TEL. 943 65 07 21  
[www.restaurantetxintxarri.com](http://www.restaurantetxintxarri.com)



## ALTZOKO OSTATUA

COCINA TRADICIONAL Y MENÚ DE DIARIO Y FIN DE SEMANA

**ALTZO**  
HERRIKO PLAZA  
943 65 22 62



**Jokin Zavala** y su mujer **Aran Rodríguez** son los responsables desde marzo de 2020 de este **precioso ostatu dotado de una amplia terraza con vistas** en la que se sirve una cuidada **cocina tradicional con toques de autor** usando en su mayoría los productos locales. La oferta se cuida especialmente el fin de semana en el que se ofrece un excelente **menú cerrado** por 27,50 euros que incluye 2 entrantes, pescado, carne, postre, café y bebida. El fin de semana, asimismo, se ofrecen **platos especiales** como el Cochinillo, el Cordero o el Cabrito asados a baja temperatura. En la **zona de bar** triunfan las Croquetas, las Manitas de cerdo, la Oreja rebozada... **Carta: 30€ Menú del día: 12,50 €** (Café incluido) **Menú fin de semana: 27,50€ Cierra: Martes.**

## TOKI ALAI

NUEVO EQUIPO AL FRENTE DEL RESTAURANTE DE ARAMA

**ARAMA**  
HERRIKO PLAZA  
683 47 33 46



**Maidor Carceller** y **Elixabete García** dirigen este acogedor restaurante en el que practican una **cocina variada y desenfadada con opciones vegetarianas, veganas y macrobióticas, sin renunciar a platos clásicos de carne y pescado**: Ensalada vegana, Ensalada de morrones asados con ventresca, Arroz integral con langostinos salteados, Txipis a la plancha con majado "Toki Alai", Rodaballo, Atún rojo Balfegó, Carrilleras al vino tinto, Solomillo de vaca, Torrija caramelizada, Tiramisú... También cobra especial importancia la **atención a alergias e intolerancias**. La carta se completa con **hamburguesas, raciones y pintxos**. **Carta: 25-30€ Platos combinados: 12-13€ Menú del día: 11€. Cierra: Lunes tarde.**

## SANTA ANA

COCINA TRADICIONAL DE MERCADO CON TOQUES DE AUTOR

## ARRASATE

URIBARRI AUZOA, 37  
TEL. 943 79 49 39  
620 733 179

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



Abierto en 2007, este restaurante se está convirtiendo en una de las referencias gastronómicas de Debagoiena gracias al buen hacer de **Iñaki Pildain**, que en lo que fue su caserío familiar ofrece una cocina tradicional y de mercado con toques de autor en la que destacan platos como Salmón ahumado e Hígado de pato elaborado en casa, Habitas o alcachofas con huevo escalado, Sopa de pescado, Cordero y cochinillo asados, Ciervo a la plancha, Coulant de chocolate con sorbete, Helados variados elaborados en casa, Todo tipo de postres caseros... y caza en temporada. Sus instalaciones admiten **Bodas hasta 100 personas**. **Menú del día (también noche): 17,50€ Menú Degustación: 30€ Carta: 50€ Tarjetas: Todas.**

## KATTALIN ERRETEGIA

MÁS DE 30 AÑOS DE PASIÓN POR LA BUENA CARNE

## BEASAIN

KATEA, 4 (FRENTE AL POLIDEPORTIVO)  
TEL. 943 88 92 52

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



**La gran especialidad de este acogedor restaurante han sido siempre las Chuletas**, chuletas de vaca, de viejo, asadas a la parrilla poco a poco, con mimo, con cariño, acompañadas de unos inimitables piquillos confitados. Este arte hizo ganar a su responsable, el fallecido **Juanma Garmendia el Campeonato de Euskal Herria de parrilleros de 2013**. Su mujer, **Arantxa Agirrezabala**, sigue al frente con la misma filosofía en lo referente a la carne de vacuno que sigue cuidando con el mismo mimo y profesionalidad. Y para completar la oferta, **especialidades** de temporada como Espárragos de Navarra, Ensalada templada de almejas y gambas, Revuelto de zizas, Alubias con todos sus sacramentos o los fresquísimos Pescados a la parrilla (cogote, sapo, rodaballo, besugo...), junto a una de las cartas de vino más completas de los alrededores. **Carta: 40-45€**

**ORIENT BERRI****RACIONES VARIADAS Y CUIDADAS  
TABLAS DE EMBUTIDO Y QUESO****BEASAIN**NAFARROA ETORBIDEA 4  
TF: 943 08 78 02

Bar dirigido por **Haritz Urretabizkaia**, aramatarra de larga trayectoria en hostelería, Orient Berri abre sus puertas todos los días a 9 de la mañana ofreciendo **pintxos fríos en barra y pintxos de cocina así como Bocadillos, Raciones, Pintxos y Hamburguesas caseras** elaboradas con **Carne Kilómetro 0**. Entre sus **raciones**, tienen buena salida las Alitas, el Secreto ibérico en salsa, el Bacalao ajoarriero o pil-pil o el Salpicón de marisco. Igualmente tienen una gran aceptación sus **Tablas de Ibéricos**, bien de jamón, bien de embutidos variados o sus interesantes **Tablas de queso** que combinan Idiazabal, Agour, Gazta Zaharra, Roquefort y Queso palentino. Haritz nos ofrece cada semana un **vinó en promoción** especialmente bien servido.

**URKIOLA****NUOVA ETAPA, MISMA ESENCIA,  
DE LA MANO DE IÑIGO URKIOLA****BEASAIN**KALE NAGUSIA, 7  
943 08 61 31[www.asadorurkiola.com](http://www.asadorurkiola.com)

Desde febrero de este año este veterano asador beasaindarra vive una nueva etapa de la mano de **Iñigo Urkiola** que sigue la estela de sus padres, quienes inauguraron el restaurante en 1989: **Producto de temporada, buenos Pescados frescos a la parrilla (Besugo, Rodaballo...)** y **Txuleta de viejo de Goya a la brasa**. Este joven parrillero y diseñador de interiores se ha encargado, además, de renovar la decoración y el mobiliario del comedor convirtiéndolo en un espacio más cálido, actual y acogedor. **Carta: 50-60€ Menú Urkiola (Para 2 personas): 84 € (Bebida incluida) Cierra: Domingo y Lunes.** Resto de la semana: abierto para comidas y cenas.

**IRIARTE****COCHINILLO, PRODUCTO DE  
CERCANÍA Y TERRAZA****BERROBI**JOSE M<sup>o</sup> GOIKOETXEA, 34  
943 68 30 78[www.iriartejatetxea.com](http://www.iriartejatetxea.com)

**Felix Belaunzarán** sorprende a todo el que se deje caer por su restaurante, situado a **menos de 10 minutos en coche del centro de Tolosa**, con una cocina tradicional de temporada muy personal con toques actuales y **comprometida con los pequeños productores locales y la filosofía Kilómetro 0**. El **cochinillo, criado en su propio caserío** familiar, "Usarre", a sólo un kilómetro del local e impecablemente asado es el centro de la carta que incluye tentaciones como Arroz caldoso de almejas finas de carril, Pastel de hongos con su jugo, Gamba blanca de Huelva a la parrilla, Txangurro a la donostiarra, Pichón de Bresse en dos cocciones, Rodaballo a la parrilla, Tarta de queso recién horneada... **Carta: 50-55€ Menú del día: 21€ Menú de estación: 45€. Menú Degustación: 65€. Cierra: Lunes.**

**TRIPONTZI****COCINA TRADICIONAL VASCA CON  
UN GRAN SELLO PERSONAL****HERNANI**ANDRA MARI, 11  
943 55 57 24[www.tripontzi.com](http://www.tripontzi.com)

**Igor Muñoz (Berrobi) y Amaia Aizpurua** dirigen desde 2004 este bar restaurante, el antiguo Iruntxi, situado en pleno casco histórico de Hernani y en el que encontraremos **una cocina vasca honesta y muy bien trabajada** en la que destacan entrantes como el Jamón Duroc, las Gambas blancas de Huelva, el Txangurro a la donostiarra elaborado en casa, la Brocheta de langostino y bacon, las Almejas a la marinera, el Txuletón de viejo con piquillos confitados... Los fines de semana, además de carta se ofrece un **espectacular menú degustación** de 7-8 pases que goza de una enorme aceptación y que termina siempre con pescado y txuleta. **Carta: 40-50€ Menú del día: 12,50 € Menú degustación: 35€ (Bebida aparte).**

## ARRAUNLARRI BERRI



COCINA CON RAÍCES Y PARRILLA  
DE PESCADOS AL BORDE DEL MAR

## HONDARRIBIA

PASEO DE BUTRÓN, 3  
TEL. 943 57 85 19

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



**Aitor Amutxestegi y Jon Couso Apeztegia**, jóvenes de densa trayectoria, dirigen este precioso restaurante en pleno "frente de mar" ofreciendo su versión de platos ancestrales de nuestra gastronomía y practican su filosofía que resumen en "cocinar y servir al pueblo". Recomendaciones: Salmón ahumado y marinado; Foie curado a la sal con brioche y melocotón asado; Ttoro (sopa tradicional de Iparralde de hortalizas y pescado); Paletilla de cochinillo o corde-ro lechal; Lenguado del Cantábrico a la brasa con bigarri y panaderas; Txuleta a la parrilla; Tarta de queso; Gâteau Basque; **Carta:** 50 € **Menú Sustraiak:** 20-25 € (No disponible en verano) **Cierra:** Lunes noche y martes. Disponen de terraza para comidas informales con raciones (Txistorra, Oreja guisada, Gambas, Croquetas...)

## LASARTE-ORIA

HIPODROMO ETORBIDEA, 2  
TEL. 943 36 27 09

## AVENIDA

GASTRONOMÍA, TRADICIÓN,  
AMBIENTE... Y ROKANROLL !!



**Yon Mikel Rodríguez**, hostelero joven pero casta y veterano dirige con cariño el céntrico bar-restaurante que llevaron toda la vida sus padres, al que ha dotado en los años que lleva a su cargo de un **ambiente de lo más variopinto**, ligeramente canalla, con una amplia clientela local de todas las edades, credos y condiciones. Todo el mundo es bienvenido a este establecimiento sencillo y acogedor donde se sirven **suculentos pintxos variados, buena tortilla de patata, descomunales bocadillos y platos tradicionales** elaborados a la manera de siempre como Mejillones con tomate, Albóndigas, Lengua, Oreja rebozada, Zamburriñas y marisco en general a la plancha procedente de Galicia. Buena música y desayunos desde primera hora. **Menú del día:** 11,90€ **Menú sábados:** 15€ **Cierra:** Domingo.

## HERRIKO ETXEA



LA COCINA DE JAVI PENAS

## LASARTE-ORIA

CALLE DEL CALVARIO  
(APERTURA EL PRÓXIMO  
14 DE MAYO)



**Javi Penas e Izaskun Gurrutxaga** inauguraron el 14 de mayo su nuevo restaurante en pleno centro de Lasarte-Oria. Este amplio local cuenta con un **luminoso espacio de barra, comedor y una hermosa terraza cubierta**. En su nuevo destino este chef ofrece, como hizo en el Bera-Bera de Aiete, una **cocina tradicional, limpia y perfectamente ejecutada**, cuidando especialmente los **productos locales y de temporada**. En la barra, además, hay una cuidada selección de pintxos y raciones de pikoeteo. Destacan en carta especialidades como Cecina de León con pan de cristal y tomate, Carpaccio de txuleta, Ensalada de bacalao, Cogote de merluza, Cochinillo a baja temperatura, Postres caseros... **Menú del día:** 22€ **Carta:** 35-40€ **Cierra:** Lunes tarde y martes todo el día. Dos horas de **parking público** gratuito en caso de consumir carta o menú.

## TXITXARDIN (CASA HUMADA)



BRASA, COMIDA TRADICIONAL MUY  
PERSONAL Y CARTA A DOMICILIO

## LASARTE-ORIA

ORIA ETORBIDEA, 12  
TEL. 943 04 62 97

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



**Sergio Humada** va afianzando su cocina a pesar de los pesares en el antiguo Txitxardin Beltza, que ha reconvertido en asador tradicional donde **combina la cocina popular vasca con platos más personales y elaborados**. Así, podemos encontrar desde un impecable Bacalao al pil-pil hasta platos de caza, guisos, Mariscos a la parrilla, Cordero churro al horno... y **sus extraordinarios Callos**. En Navidades, Sergio ha elaborado una **carta "Delivery"** con cantidad de propuestas para echar un cable a todo el que no quiera complicarse en casa, y además **abre el restaurante los días 25, 1 y 6**. **Carta:** A partir de 40€ **Menú ejecutivo:** 22€ **Menú tradición:** 45€ **Menú "a jugar":** 90€ **Tarjetas:** Todas. **Cierra:** Noches de domingo a martes.

**GURUTZE-BERRI****GRAN RESTAURANTE FAMILIAR Y HOTEL A LOS PIES DE PEÑAS DE AIA****OIARTZUN**PLAZA BIZARDIA, 7.  
(CTRA OIARTZUN-IRUN)  
TEL. 943 49 06 25  
[www.gurutzeberri.com](http://www.gurutzeberri.com)

Hotel Restaurante familiar en un precioso entorno, fundado en 1969 por los actuales propietarios. **Xabier Zapirain** ofrece una cocina clásica suculenta y sin trampas, manteniendo los sabores de siempre, y aportando toques internacionales adquiridos en sus múltiples viajes: Terrina de pato salvaje, Ensalada de perdzin en escabeche con foie, Salteado de mollejas y hongos, Kokotxas al pil-pil, Moussaka a la egipcia... **La temporada de la caza es una fiesta en Gurutze-Berri** con excelentes platos de Ciervo, Jabalí, Liebre... Su **carta de vinos** enloquecerá a los amantes de los grandes caldos con añadas de 1925, 1952... a precios excepcionales. Hotel de 36 habitaciones a muy buen precio. **Menú:** 15€ **Carta:** 45 - 50€ Parking propio. **Cierra:** Domingo noche y lunes.

**ZEZILIONEA****COCINA DE MERCADO Y SABOR FAMILIAR****OLABERRIA**HERRIKO PLAZA, 2/G  
TEL. 943 88 58 29  
[www.zezilionea.com](http://www.zezilionea.com)

El producto es el rey de la carta en este restaurante familiar dirigido por **Izaro y Ugut Rubio**. Destacan las verduras de temporada, los hongos al horno y las carnes y pescados a la parrilla. **La carta de vinos**, actualizada continuamente por Ugut cuenta con una cuidada y amplia variedad que abarca desde Txakolís elaborados a 1 Km. del local hasta vinos de Borgoña, Riesling, Italia, Jura, Ródano... **Especialidades:** Verduritas salteadas con hongos, crujiente de ibérico y foie fresco, Salteado de espárragos con alcachofa y trufa (en temporada), Kokotxas de bacalao a la plancha, Pescado del día a la parrilla, Solomillo al Oporto con foie, Chuleta de viejo a la parrilla... **Carta:** 40-70€ **Cierra:** Domingo noche y lunes todo el día. Amplio aparcamiento

**MARTÍNEZ****TRADICIÓN Y PARRILLA EN PLENO CENTRO DE ORDIZIA****ORDIZIA**SANTA MARIA, 10  
TEL. 943 88 06 41  
[www.martinez1890.com](http://www.martinez1890.com)

El Martínez se ha consolidado como "el restaurante del mercado de Ordizia". Su proximidad física al mismo, y la filosofía de su chef, Xabier Martínez, tendente a realizar una **cocina de estación**, en simbiosis entre el centenario mercado y el veterano restaurante. Ordizia necesitaba la iniciativa de un cocinero comprometido con su mercado y ha sido un hijo de la villa quien ha recogido el guante. En su carta encontraremos, en función del mes, platos como Ensalada de tomate y ventresca, Begihaundi tinta con hongos, Solomillo de bonito al horno con piparras, Callos caseros, Cordero a baja temperatura en su jugo... y **novedades a la parrilla**. **Carta:** 40-45€ **Menú del día:** 13,50€ **Menú Empresa:** 30€ (Bebida aparte) **Menú Degustación Fin de semana:** 40€ (3 entrantes, pescado, carne a elegir y postre, bebida aparte). **Cierra:** Lunes

**MUÑOZ****PINTXOS, MENÚS Y COMIDAS CONCERTADAS PARA GRUPOS****ORDIZIA**PELOTA VASCA, 3  
TEL. 943 08 58 24

**Elisabeth y Ruth Martín Gimeno** dirigen este local en el que llama la atención su **gran variedad de pintxos y cazuelitas**: Albóndigas caseras, Bacalao con tomate, Pintxo moruno, Carne guisada, Txipirones tinta, Callos... Destacan también el menú del día y el **especial a 18 euros** con platos a elegir como Degustación de ibéricos, Ensalada templada de gulas, Txipirones a plancha, Entrecot, Solomillo de ternera, Escalope relleno de jamón ibérico y queso sobre salsa de setas, Bacalao en piperrada, Chuletillas de cordero... **Menú del día:** 8,90€ **Menú de fin de semana:** 18,90€. Se preparan comidas para cuadrillas, despedidas, cumpleaños... Además, cuenta con platos combinados, hamburguesas con pan recién horneado y bokatas. **No cierra.**

## ARANTXA

REAPERTURA DE UN CLÁSICO  
MANTENIENDO LAS RAICES

## ORMAIZTEGI

SAN ANDRES, 13  
TEL. 943 54 08 40



Haritz Urretabizkaia y Ane Echeverria, responsables de Orient Berri Gastroteka de Beasain, dirigen desde el pasado 2 de marzo el Arantxa, histórico bar de Ormaiztegi que cerró por jubilación a mediados de 2021. Arantxa abre todos los días a las 6 de la mañana arrancando con cafés y tortillas y para las 9 ya tiene montada una espectacular barra en la que encontramos gran cantidad de **pintxos clásicos y todo tipo de embutidos**, además de las **tortillas de patata** que tan bien se le dan a Ane: De patata normal, de patata con pimientos y cebolla, con bacalao, con chorizo... En cocina, por supuesto, se mantienen, con la receta original, las **especialidades de la casa**: Caldo, Callos caseros, Carne cocida... así como su chorizo y la morcilla en temporada. **Cierra**: Sábado tarde y domingo

## KUKO

GARAIA GARAIOKA



## ORMAIZTEGI

BERJALDEGI PLAZA  
TF. 943 88 28 93



Tras pasar 5 años al frente de Mutiloako Ostata, **Iñaki Telleria** toma el relevo de Iker Markinez en el Kuko, y lo hace junto con el ordiziarra **Iñigo Urkijo** como jefe de sala. La cocina de Kuko seguirá manteniendo la filosofía habitual de Iñaki: Cocina de mercado, de producto y de temporada elaborada con productos frescos adquiridos día a día en las ferias, mercados, pescaderías y carnicerías del Goierri, dejando siempre un espacio a la improvisación, respetando el producto, aportando toques de autor y creatividad en su justa medida y ofreciendo una carta de vinos variada y muy personal. **Menú del día**: 27,50€ **Menú "Pikoteo"**: 38,50€ (Ambos menús, de lunes a jueves, con bebida incluida). **Menú degustación (8 platos)**: 44,00€ (De lunes a sábado, bebida aparte). **Cierra**: Domingos. **Cenas**: Sólo viernes.

OREDAINGO  
OSTATUA

25 AÑOS DE AUTENTICIDAD

## OREDAIN

ERROSARIO PLAZA  
TEL. 943 65 30 48



Dirigido desde hace 25 años por **Paulo Garaialde y Enkarni Garmendia**, mantiene el sabor de lo auténtico en el precioso pueblo de Orendain. Su cocina tradicional se elabora con **género adquirido en mercados y caseros**, con especialidades como Ensalada templada de gulas y gambas, Alubias, Manitas rebizadas, Bacalao con tomate o pimientos, Lengua, Txuleta, Postres caseros... Los domingos hay Paella, y se preparan pescados por encargo. En temporada, hay Cordero, especialidad de la casa. Es este un local ideal para **celebraciones hasta 40 personas**. También ideal para reuniones con niños, puesto que en el exterior hay un hermoso parque, columpios y un frontón. **Carta**: 25€ **Menú del día**: 11€ (12€ con café) **Cierra**: Miércoles

## LA CERVE

CERVEZA DE BODEGA, ESPECTACULAR  
MENÚ DEL DÍA Y TERRAZA

## PASAIA

EUSKADI ETORBIDEA, 53  
TEL. 943 39 23 86  
[www.lacervepasaia.com](http://www.lacervepasaia.com)



En **Trintxerpe**, a 300 metros del embarcadero para Pasai Sonibane, La Cerve es la **1ª cervecería de Gipuzkoa con Cerveza de Bodega natural**. Edu y Amaia dirigen este local equipado con tres espectaculares tanques de cerveza refrigerados de 500 litros, donde también se ofrece un **exitoso menú del día** que cuenta para elegir con **11 primeros y 9 segundos** que cambian todas las semanas. Además, La Cerve cuenta con una extensa carta de **Ensaladas frías y templadas, bocadillos, pintxos, hamburguesas**, platos de pasta, sandwiches, platos combinados, raciones... que pueden ser consumidos en el interior del local o en su amplia y atractiva terraza. **Menú del día**: 12€ (Sábados, domingos y festivos: 14€) **La cerve cuenta con una excelente terraza equipada con 15 mesas**.

**BOTARRI**

INTERESANTES MENÚS  
Y COCINA A LA PARRILLA

**TOLOSA**  
ORIOA 2, BAJO  
(BAJO EL HOTEL ORIA)  
TEL. 943 65 49 21



**Txemari Esteban** dirige este ya veterano restaurante que destaca por su excelente parrilla. **La parrilla, de hecho, se enciende todos los días** en Botarri y su cuidado menú del día, uno de los más variados de los contornos, siempre incluye algún plato a la brasa. La Carta está elaborada con productos de temporada con platos como Ensalada de bonito con piquillo confitado y mojo rojo, Embutidos de Guijuelo, Gambas de Huelva al horno, Codillo de cerdo confitado y, por supuesto, carnes y pescados a la brasa destacando su excelente chuletón de viejo...

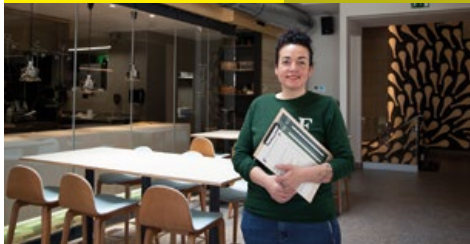
**Menú del día (Mediodía y noche):** 18,60 € **Menú degustación Ana Mari:** 33€ con solomillo/ 36€ con txuleta **Menú infantil:** 8,50 €.

**Menús de celebraciones** desde 32 €. Acceso para minusválidos. **Cierra:** Jueves todo el día y domingos tarde-noche.

**FRONTÓN TOLOSA**

REFORTALECIDO ESPACIO EN  
PLENO CENTRO DE LA VILLA

**TOLOSA**  
Pº SAN FRANCISCO, 4  
TEL. 680 545 037



La iruratarra **Sonia Tapia**, vinculada desde 1999 a la hostelería tolosarra y el hostelero **Egoitz Goikoetxea (Bar Orbela)** se han asociado para relanzar el Frontón de Tolosa, espacio que han reformado de arriba a abajo convirtiéndolo en **un espectacular espacio en el que se ofrecen diferentes experiencias gastronómicas y culturales**. El **bar ("Motz")** abre todos los días a las 8:00 ofreciendo desayunos, una vistosa barra de pintxos y una carta de comida de corte informal y canalla. A las 10:00 abre el **"Txiringito"** (la churrería de toda la vida) con su atractiva terraza, y a partir de las 11:00 se abre **"Luze"**, la parte superior, un espacio en el que se ofrece menú, carta, y diferentes experiencias gastronómicas como catas de cervezas, vinos o Champagnes, exhibiciones de sushi, showcookings... y terraza sobre el Paseo de San Francisco.

**TOLOSALDEA**

RESTAURACIÓN DE CALIDAD  
LAS 24 HORAS DEL DÍA



**TOLOSA**  
CTRA. N-1, KM. 432  
TEL. 943 65 06 56



El equipo de este amplio bar-restaurante situado en la estación de servicio entre Tolosa y Alegia ha conseguido que los usuarios de la autovía no paren en él por necesidad sino por placer, ya que su prioridad siempre ha sido cuidar la calidad de la comida y la bebida. **Raúl Gonzalo** dirige los fogones ofreciendo una cocina tradicional en la que prima la calidad del producto y **Mikel Rodríguez** y **Jose Mari Lete** cuidan con esmero la oferta de vino y sidra, que cuenta con una gran cantidad de referencias de calidad. La cocina abre de 6:00 a medianoche, y de 00:00 a 06:00 cuenta con una gran variedad de pintxos y cazuelitas como Callos, Albóndigas, Arroz... **Menú del día:** 12,95 € **Menú fin de semana:** 24,50 € **Platos combinados:** 10,50-18,50 € **No cierra**

**BRANNIGANS**

PINTXOS, PLATOS COMBINADOS,  
POLLOS, CODILLOS... Y CERVEZA

**URRETXU**  
LABEAGA, 37  
TEL. 943 96 64 29



**Amancio Santos**, responsable del Asador Muga (Ver página 66) dirige también hace un año este veterano local al que ha cambiado de cara convirtiéndolo en un lugar más amplio y luminoso y creando **una oferta gastronómica popular y accesible con Pollos asados de máquina, Codillos Asados, Pintxos y todo tipo de Platos combinados**, así como su excelente **Tortilla de patatas**, que pueden consumirse con diferentes **cervezas de barril o con sidra al Txotx**, también disponible en Muga. Toda la oferta de Brannigans puede comerse en el local o solicitarse **para llevar**. Y a cuatro pasos tanto del Brannigans como del Muga, Amancio se ha hecho también con las riendas del popular **Pub Eguzkia**, donde podemos tomar una buena copa en un estupendo ambiente.

**ARTZABAL****MENÚ DEL DÍA, RACIONES Y  
COCINA TRADICIONAL****USURBIL**PUNTAPAX KALEA, 8  
TEL. 943 36 91 39[www.artzabaljatetxea.com](http://www.artzabaljatetxea.com)

Acogedor bar-restaurante en el interior de un **precioso caserío del s. XIX**, a 5 minutos a pie del centro de Usurbil, dirigido por **Igor Gorriti**, cocinero usurbildarra que practica una cocina tradicional con ligeros toques propios, siguiendo los **critérios Kilómetro 0**. Destacan la Ensalada Artzabal o la de Queso de cabra, Nuggets caseros, Pulpo a nuestro estilo, Txipirones plancha, Pollo lumagorri asado, Postres caseros... así como **hamburguesas km 0, raciones, pintxos, platos combinados y bocadillos**. Extenso parque ante el restaurante con columpios, frontón y una atractiva tiroliana. **Carta:** 15-30€. **Menú del día:** 11,20€ (12,20 con café) **Menú fin de semana:** 22,90€. **Menú infantil:** 7,90€. **Menús grupos:** Entre 16 y 36 €. **Alubia:** 17€ (Bebida aparte)

**ZERAINGO  
OSTATUA****COCINA TRADICIONAL CON LA  
FIRMA DE AIERT IZAGIRRE****ZERAIN**UDALETXEO PLAZA  
TEL. 943 80 17 99Facebook: Zeraingo Ostatu  
Berria Aiert Izagirre

El seguratarra **Aiert Izagirre**, conocido en la comarca por la labor realizada en el Mugika de Liernia así como en restaurantes como el Branka de Donostia en la etapa de Pablo Loureiro, se ha hecho cargo de este precioso ostatu renovando y mejorando sus instalaciones y su decoración con un gusto exquisito. Su cocina se basa en la **tradicción, siempre acompañada de un toque personal**, y en el empleo de productos de temporada adquiridos en los alrededores. Fritos caseros; Almejas a la plancha; Micuit casero; Kokotxas de bacalao a la plancha; Cordero de leche con patatas panadera; Carrilleras de ternera; Torrija caramelizada... **Carta:** 35-40€ **Menú del día:** 14€ **Menú fin de semana:** 28€ (Bebida aparte) **Tarjetas:** Todas. **Cierra:** Domingo noche y lunes.

**BAI BIDEA  
JATETXEA****COCINA DE PRODUCTO EN  
PLENO CENTRO DE ZUMAIA****ZUMAIA**EUSEBIO GURRUTXAGA, 6  
TEL. 943 86 02 75

@zumaia\_baibidea



**Yuli Aparicio y Cristian González** dirigen este acogedor restaurante con terraza en pleno centro. Los **pescados y carnes asadas a la parrilla** de carbón se cuidan especialmente, aunque la **cocina de producto con toques de autor** de este joven chef lo abarca todo. En su carta sobresalen el Pulpo a la parrilla sobre espuma de patata con mojo palmero, la Presa ibérica a la parrilla con nuestras patatas fritas y cazuelita de piquillos, el Arroz con bogavante, sugerencias del fin de semana y una **remarcable Chuleta de vaca vieja así como Rodaballo, Besugo y Rape a la parrilla** disponibles todos los días. También se prepara cualquier pescado a la brasa por encargo. Mimado menú del día, y  **cuidada y variada carta de vinos**. **Carta:** 45-50 € **Menú del día:** 15 € (16 € en terraza) **Cierra:** Miércoles todo el día. Cenas todos los días.

**ASADOR MUGA****CARNES Y PESCADOS A LA  
PARRILLA Y BUENOS MENÚS****ZUMARRAGA**SECUNDINO ESNAOLA, 36  
TEL. 943 98 98 49[www.asadormuga.com](http://www.asadormuga.com)

**Amancio Santos** lleva 5 años dirigiendo este amplio bar-restaurante cuya especialidad indiscutible son las **carnes y pescados a la parrilla** con especialidades como el Pulpo a la parrilla o a la gallega (plato muy solicitado), piezas a la parrilla como **secreto, picaña, entrécua, entrecot, txuletón de viejo...** en pescados siempre dispone de **rodaballo, rape y lubina** así como el resto de pescados por encargo, al igual que los exitosos Langostinos a la parrilla o **Mariscadas a la parrilla por encargo**. Imprescindible también probar el **Cochinillo y el Cordero asado** que se preparan también para llevar. En Muga también se sirven **pintxos variados en barra y menús**, y su completo menú de fin de semana siempre incluye un segundo plato a la parrilla. **Carta:** 35-40€ **Menú del día:** 12€. **Menú fin de semana:** 23€. **No cierra.**

Comer en  
**DONOSTIA**  
non jan

Más información acerca de estos restaurantes en...  
**www.ondojan.com**  
¡tu gastroweb!

**ALDANONDO**

PARRILLA DE CARBÓN  
EN PLENA PARTE VIEJA

**DONOSTIA**

EUSKAL HERRIA, 6  
(PARTE VIEJA)  
TEL. 943 45 82 11

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



**Mikel Mayán**, cocinero y parrillero forjado con Karlos arguiñano y con una larga trayectoria dirige, desde mayo de 2019, este mítico asador de la Parte Vieja que **cumplirá 100 años en 2024**. Haciendo gala de un gran dominio del producto y sus puntos de preparación, Mikel ofrece una **cocina tradicional de temporada** con evidentes toques de autor y platos como Vainas salteadas con jamón y foie a la plancha; Revuelto de cebolla con hongos y bacalao ahumado; Ensalada de hortalizas; Almejas fritas; Bacalao a la brasa; Pechuga de paloma con foie y hongos... así como carnes y pescados frescos a la parrilla de carbón. Acogedor comedor con vistas al exterior. **Carta:** 55-60€ **Menú Aldanondo:** 29€ (Bebida aparte) **Cierra:** Domingo noche y lunes.

**DONOSTIA**

KARKIZANO, 7  
(GROS)

TEL. 943 27 45 84

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

**AMA-LUR**

PINTXOS, MENÚS Y  
COMIDA PARA LLEVAR



Los hermanos **Lertxundi** dirigen desde hace más de **40 años** este bar-restaurante situado en la animada calle Karkizano del barrio de Gros donde podemos disfrutar de una **gran variedad de pintxos variados fríos y calientes, pintxos morunos, brochetas, bocadillos y raciones**, así como menús del día y fin de semana y **productos para llevar a casa como Pollos recién asados, Codillos al horno, Paellas variadas, Tortillas de todo tipo o, incluso, menús completos**. **Carta:** 20-22€ **Menú:** 12,50€ **Menú de fin de semana:** 16€ (sábado) 20€ (domingo) **Cierra:** Lunes tarde y martes todo el día. Horario: 10:30 - 15:30 y 18:30 a 23:00 h.. Más información en la página web [www.amalurdonostia.com](http://www.amalurdonostia.com)



## AMBIGÚ ESTACION



### DONOSTIA

ALDAMAR, 12  
(PARTE VIEJA)  
TEL. 943 04 97 01

EL PLACER DE COMPARTIR EN  
UN LOCAL CÁLIDO Y ACOGEDOR



El 4 de julio de 2021 se cumplieron 7 años desde que el chef venezolano **Luis Pulido** se hiciera cargo de este acogedor local de la Parte Vieja en el que ofrece una **cocina de temporada muy personal con toques internacionales** en la que prevalece la **filosofía de compartir** platos, raciones, medios platos, pintxos... Dotado ahora con una cómoda terraza mirando al mercado de la Bretxa, en Ambigú podemos degustar tentaciones como Tatakí de bonito del norte con kale, ajoblanco y ajetes; Ravioli de langostinos marinados y cocidos en su caldo con soja y yema, Arepas de pollo o vegetales, Cachapa con secreto ibérico... Además podemos acompañar todo con una excelente selección de **vinos naturales**, ecológicos y biodinámicos. **Cierra:** Domingo noche y lunes.

### DONOSTIA

IGARA BIDEA 15  
(IBAETA)  
TEL. 943 21 92 04

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

## ARATZ



TRADICIÓN, MODERNIDAD,  
CALIDAD E IDENTIDAD



**Iker y Xabier Zabaleta** llevan más de 32 años ofreciendo **lo mejor de la cocina tradicional vasca**, con toques actuales y una fijación por el buen producto de temporada. En sus dos comedores puede degustarse su gran especialidad: las **Carnes y pescados a la parrilla** (Chuletón de viejo, Besugo, Rodaballo, Lenguado...), y otras exquisiteces como Ensalada templada de bogavante, Pimientos rellenos de txangurro, Pétalos de haba salteados con hongos y yema ecológica, Hongos plancha con foie y salsa agri dulce, Kokotxas en salsa o rebozadas, Mollejas de cordero con hongos y langostinos, Sorbete de café al ron... Su cava atesora cientos de referencias de **grandes vinos nacionales e internacionales**, y su bar y su terraza cuenta con una amplia variedad de pintxos y bocadillos. **Carta:** A partir de 45€ **Menú del día:** 14€

## BERGARA



### DONOSTIA

GENERAL ARTETXE 8,  
ESQUINA BIRMINGHAM  
(GROS)  
TEL. 943 27 50 26

CLÁSICO ENTRE CLÁSICOS.  
ACTUALIZADO A SU TIEMPO



Dirigido por Esteban Ortega y Monty Puig-Pei, este multipremiado local es **uno de los bares de pintxos más emblemáticos de Donostia**, dotado de una espectacular barra y una completa pizarra que continuamente nos tientan con sus **clásicos** (Falsa lasagna de antxoas, Cocktail Bergara, Txalupa, Udaberri, Itxaso, Revuelto de antxoas con piquillos...) y las **nuevas incorporaciones** (Hamburguesa de tomate raf con dátil y bacalao, Gratinado de pisto con hongos...) En el Bergara podemos, asimismo, acomodarnos en sus originales mesas y optar por un tentador **Menú degustación de pintxos por 25 euros**, compuesto de 6 pintxos, postre y dos bebidas, incluyendo algunos de los pintxos más representativos y solicitados de la casa.

### DONOSTIA

PEÑA Y GOÑI, 13  
(GROS)

TEL. 943 01 13 80

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

## BODEGA DONOSTIARRA

UN LOCAL QUE MANTIENE EL  
SABOR DE LA AUTENTICIDAD



**Miguel Montorio** pasó en 2009 a dirigir este establecimiento fundado en 1928, continuando fielmente la línea marcada durante más de 30 años por **Miguel Mendinueta y Pili Mintegi**, quienes le transmitieron todos los secretos del local. Así, en la Bodega seguimos disfrutando de **pintxos clásicos** como el "Completo", la Tortilla de patata individual, la Ensaladilla, el "Indurain"... además de **platos de cocina tradicional** ideales para compartir como Ensalada de tomate con bonito del norte, Parrillada de verduras a la brasa, Bacalao a la brasa con piperrada... o sus espectaculares brochetas. La Bodega donostierra es uno de esos establecimientos que ha sabido mantener **el sabor auténtico** ganándose el favor tanto de la clientela local como de la extranjera. **No cierra.**

## CAFÉ VIENA

PINTXOS, COMBINADOS Y CAFÉS  
EN UN LOCAL CÉNTRICO Y ACOGEDOR

### DONOSTIA

REYES CATÓLICOS, 5)  
(CENTRO)  
TEL. 943 46 39 74



Jesús Mari Pérez Muriel dirige este céntrico local que abre a las 10 de la mañana y cuenta con una **agradable terraza** en una de las calles más atractivas de Donostia. Entre sus especialidades destacan los **Pintxos** como Burrito picante de carne y queso, Callos, Caracoles en salsa al estilo "Viena", Alcachofa confitada con cebolla, Chorizo criollo, Mejillones picantones, Espinacas con bechamel y dos quesos, Croquetas, Tortilla de patata... "El Viena" es igualmente conocido por su exitoso "**Vermouth Viena**" que puede también adquirirse en prácticas botellas de 1/2 litro para llevar a 8,50 euros, así como por sus excelentes **Gin Tonics clásicos**. El café, de **Cafés Panchito**, goza también de merecida fama en este local, principalmente el muy solicitado **Café con leche y hielos**. **Cierra:** Martes.

## CASA UROLA

IMPECABLE PRODUCTO DE TEMPORADA, PARRILLA Y PINTXOS



### DONOSTIA

FERMÍN CALBETÓN, 20  
(PARTE VIEJA)  
TEL. 943 44 13 71  
[www.casaurolejatexea.es](http://www.casaurolejatexea.es)



Dirigido por **Pablo Loureiro Rodil** desde 2012, este clásico de la Parte Vieja ofrece una **cocina tradicional actualizada en la que el producto adquiere una importancia primordial**. La carta se renueva a cada estación, encontrándonos, en función de la estación, platos como Habitas salteadas con alcachofas, yema de huevo y espuma de patata; Alcachofa y cardo navarro a la parrilla con praliné salado de almendra; Kokotxas de merluza a la parrilla; Rodaballo salvaje a la parrilla; En su barra ofrece **pintxos cuidados y creativos**, tanto fijos como de temporada, como "Urola" (Cuchara de salpicón de bogavante); Brocheta de pulpo y papada con sopa de patata; Vieira con crema de ajo blanco y vinagreta de café... **Carta:** 50 € **Cierra:** Martes

## DOCTOR LIVINGSTONE

IMPRESIONANTE VARIEDAD EN UN LOCAL VETERANO Y REFERENCIAL

### DONOSTIA

AVENIDA DE  
BARCELONA, 24  
(RIBERAS DE LOIOLA)  
TEL. 943 57 31 58



Tras una ligera reforma en la que lo han "rejuvenecido", éste bar-restaurant sigue siendo una **referencia en Riberas de Loiola con una variedad que para sí quisieran muchos locales del centro**: Más de 16 **platos combinados**, 6 **platos infantiles** entre 6 y 8 euros, Más de 7 **tostas**, **Hamburguesas** con carnes especiales troceadas y picadas en el local (Wagyu, Chuletón, Black Angus, de Ternera y Roque...) que pueden ser solicitadas con pan de hamburguesa o pan normal, **Bokatas**, **Pintxos fríos y calientes**, **Raciones**, **Postres**, **Desayunos** con panes especiales, Repostería casera, más de 30 **infusiones naturales**... todo ello desde las 6:30 de la mañana (8:30 el fin de semana). **Menú:** 11 € (bebida incluida) **Menú de fin de semana:** 16 € (bebida aparte) **No cierra.** Cenas todos los días

## EL VASKITO

PESCADOS FRESCOS A LA PARRILLA Y COCINA DE TEMPORADA



### DONOSTIA

LOUIS LUCIEN  
BONAPARTE, 8  
(ERROTABURU)  
TEL. 943 35 87 78



El joven cocinero oriotarra **Iñaki Azkue**, miembro de la tercera promoción del Basque Culinary Center y curtido en las parrillas del Elcano de Getaria, dirige junto a su tío, **José Luis Ensal**, el restaurante El Vaskito, en la zona de Errotaburu, bajo las torres de Hacienda. En El Vaskito, **referencia en pescados y mariscos**, nos encontraremos con pescados frescos acarreados todos los días de puerto y asados a la parrilla (rodaballo, besugo, cogote...), **platos de temporada**, **buenas carnes asadas**, **pintxos**, **platos combinados**, **bocadillos**, **raciones**... y una **extraordinaria tortilla de patata**. El vaskito abre todos los días a las 9 de la mañana. **Carta:** 40-45€ **Menú del día:** 12,50€ No cierra.

## ETXEBE PUB

AUTENTICIDAD Y CASTA  
EN UN LOCAL INIMITABLE



## DONOSTIA

IÑIGO, 6  
(PARTE VIEJA)  
TEL. 943 42 13 40



**Helio Cano Jiménez** nació en Sevilla y lleva aquí, según cuenta, "3 fines de semana". En 1983 se hizo con el entonces Restaurante Etxeberria del que solo queda el nombre y la fórmula actual de barra de pintxos atendida por su mujer, la cocinera **Arantxa Agirre**, de Mutiloa. Además de los pintxos, destacan sus **excelentes ibéricos y sus embutidos en aceite** con los que prepara exquisitos montaditos al momento. Para acompañar los pintxos, Helio cuenta con una **amplia variedad de vinos** de gran cantidad de Denominaciones de Origen, así como más de 30 marcas diferentes de cervezas. En su día llegó a tener hasta 194, pero el tiempo y la experiencia le han llevado a reducir semejante variedad. El Etxebe abre de lunes a sábado, de 12:30 a 15:30 y de 18:30 a 22:30.

## DONOSTIA

MIRACRUZ, 17  
(GROS)  
TEL. 943 27 13 74

## EZKURRA

EXCELENTE ENSALADILLA... Y  
GRAN TORTILLA DE PATATA !!



La familia Balda lleva más de medio siglo al cargo de este bar. Joakin Balda inició la saga familiar y hoy su nieto **Joseba** lleva las riendas. Eso sí, Ezkurra sigue siendo **mundialmente conocido por su ensaladilla rusa**, que se vende a kilos en todos los formatos como pintxo, ración, **y todo tipo de tamaños para llevar**. También es destacable su **Tortilla de Patata, tanto para consumir en el local como para llevar**, que cada vez tiene mejor fama. Otras **recomendaciones**: Risotto de hongos con foie; Bacalao con piperrada; Ajoarriero... Ezkurra también es conocido por su excelente café, proveniente de Casa Paulista, totalmente diferente al resto de los cafés. Hagan la prueba y pidan un solo. Repetirán. **Carta: 11-15€ Menú del día: 11€ Menú especial: 15€**

## GAIA

LA AVENTURA MARINERA  
DE ISMAEL IGLESIAS

## DONOSTIA

ANTONIO M<sup>o</sup> LABAIA 1,  
(HOTEL ZENIT) - DONOSTIA  
943 56 39 09  
[www.gaiadonosti.com](http://www.gaiadonosti.com)



Desde enero de este año **Ismael Esquivias**, responsable del Restaurante **Rita**, se ha hecho cargo del restaurante del Hotel Zenit de Morlans. Lejos de crear un Rita-2, este toledano de corazón donostiarra ha decidido crear **un nuevo restaurante, Gaia** (Madre Tierra), **en el que la mar copa todo el protagonismo mientras el chef investiga en la cocina marinera de nuestros ancestros**, los platos costeros olvidados, los guisos que los arrantzales (pescadores) ejecutaban en altamar en el barco durante las duras campañas pesqueras... Gaia es **reivindicación de nuestro pasado y nuestro presente que siempre ha estado ligado a ese mar** que nos baña, nos moldea y nos da carácter y sustento. Bienvenidos a la cara más atlántica de Ismael Iglesias.

## DONOSTIA

ALDAMAR, 8  
(PARTE VIEJA)  
TEL. 943 42 57 10

## HAIZEA

PINTXOS TRADICIONALES Y  
SUGERENCIAS DE TEMPORADA



**Maitte Agote** da lo mejor de sí misma en la cocina y en la barra de este mítico bar codirigido hasta fechas recientes con su hermano **Iñaki** y su esposo, **Mixel**, que disfrutan ya de un merecido retiro. Las circunstancias actuales han llevado a Maitte a **enfocarse más en el pintxo caliente**, ofreciendo una mayor variedad de sugerencias **de temporada** como los Espárragos cocidos con crema de espárragos en primavera o el Bonito encabollado durante el verano. En estas fechas también podemos encontrar otras sugerencias como el Pirulí de gamba o la Zamburiña rellena con salsa holandesa. Y pasado el verano, Maitte volverá a la carga con "esas cositas que ya apenas se hacen" como Callos, Lengua en salsa, Rabo, Carrilleras... sabor y arte de la mano de una cocinera alegre y honesta.

## HAIZPE

**PINTXOS CASEROS Y TRADICIONALES EN INTXAURRONDO**

### DONOSTIA

PLAZA SAGASTI-EDER, 12 (INTXAURRONDO)

-Accesible en metro desde Amara, Easo y Antiguo-



Bar a cargo de **Esther Vallés**, especializado en **pintxos y raciones caseras**. Con la ayuda de sus hijos **Janire y Unai**, Esther ofrece Txapela de champiñón rellena de langostino, ganadora del **Campeonato de Cocina Alcorta-Martín Bera-sategui**, su excelente tortilla de patatas, sus Tortillas variadas, sus **Pintxos de barra y sus cazuelitas y pintxos de cocina** (Pulpo a la gallega, Ajoarriero, Lengua en salsa, Riñones, Oreja en salsa, Chorizo a la sidra, Champis...) También tienen fama sus **Fritos, Tigres, Calamares...** Haizpe abre todos los días a las 8 (9:00 el fin de semana) y cuenta con una **amplia terraza** en la Plaza Sagasti-Eder, amplia zona peatonal ideal para familias y comunicada en Metro con el resto de Donostia. **Cierra:** Lunes

## IRRINTZ

**UN BAR DE BARRIO EN MITAD DE LA PARTE VIEJA**

### DONOSTIA

PESCADERÍA, 12 (PARTE VIEJA)

@irrintz\_taberna



"Ser un bar de barrio en plena Parte Vieja" es el slogan y la intención de **Jesús González**, que se hizo cargo de este local en julio de 2020 tras trabajar en La Kabutzia y Mesón Martín. Jesús conoce bien el mundo de la **la coctelería y los ibéricos**, ofreciendo **generosas raciones y pintxos de jamón, coppa, presa, morcón...** También tienen gran importancia en Irintz los **Bokatas**, manteniendo **la calidad que tenía el Irintz original** (Tortillas de todo tipo, Lomo o Pechuga de Pavo con pimientos, queso y/o vegetal, Bocadillo "Irintz" -Calamares, ali-oli y cebolla caramelizada-...), los **Pintxos** fríos y calientes y las **Raciones** (Cecina de León, Ensalada de tomate con bonito escabechado, Meji-lón de roca, Ostras por unidad...). **Cierra:** Domingo tarde y martes.

## ITXAROPENA 1910

**PINTXOS, COCINA DE MERCADO Y PRODUCTO DE TEMPORADA**

### DONOSTIA

ENBELTRAN, 16 (PARTE VIEJA)  
T. 943 43 62 10



En pleno centro de la Parte Vieja, este histórico bar-restaurante ha sido retomado por el experimentado hostelero local Moha, quien ha llevado a cabo una **vistosa y atractiva reforma** y dirige un joven equipo que ofrece una **cocina de corte tradicional con muchos toques personales** y preparaciones culinarias elaboradas al 100% en el propio local. Arroz con bogavante del país; Parrilla de verduras de temporada; Merluza frita del día; Bonito encabollado; Bacalao al ajoarriero; Sopa de pescado; Kokotxas rebizadas; Papada ibérica con piquillos, Chuleta a la parrilla... **Precio medio carta:** 40€ **Precio medio zona de raciones:** 15-25€ **Menú de Cordero para 2 personas** (Ensalada de tomate, Cordero asado con patatas, Postre casero, Vino o sidra): 44,00€ (Precio por persona: 22€). **No cierra**

## KAPADOKIA

**FRESCURA, CREATIVIDAD, Y RESPETO POR LA TRADICIÓN**

### DONOSTIA

PESCADERÍA, 10 (PARTE VIEJA)  
TEL. 943 58 31 86

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



Inaugurado el 4-3-2020, 10 días antes del confinamiento, este bar que tuvo un inicio tan desalentador se ha convertido, gracias a la juventud y el tesón de **Borja, Ane, Charly e Iñigo** en una referencia gastronómica de la Parte Vieja. En Kapadokia encontramos una **cocina tradicional evolucionada, con toques vanguardistas** y centrada, principalmente, en el pintxo y la ración de cocina. El compromiso con el producto de cercanía y el **público local** se complementa con una creatividad que sorprende y agrada a quienes lo prueban. Pulpo a la parrilla con mayonesa de tximtxurri; Tomate Feo de Tudela con burrata y pesto; Txipighetti (spaghettis de txipirón con boloñesa de sus tentáculos) son solo tres ejemplos de lo que se cuece en Kapadokia. **Cierra:** Lunes entero y martes todo el día.

## KATA-4 OYSTER BAR

10 AÑOS DE OSTRAS, VINOS,  
VERMOUTHS Y COCINA VASCA



## DONOSTIA

SANTA CATALINA, 4  
(CENTRO)  
TEL. 943 42 32 43  
www.kata4.com



En septiembre de 2021 se cumplieron 10 años de la apertura de este precioso local creado por **Eulalia Córdoba** y **Goiko** como el primer Oyster bar de Donostia y en el que podemos degustar hasta **8 tipos de ostras** (7 francesas y una asturiana) en el local o llevándolas abiertas a casa, tanto por unidades como por medias docenas o docenas. La carta, dirigida a los fogones por el chef **Carlos Silva** ofrece una amplia variedad de platos de **cocina vasca** salpicados de **propuestas peruanas** como Ceviche de mero o Pulpo con salsa anticucho. Los vermouths gozan de gran fama, así como el jamón cortado a cuchillo y los vinos seleccionados por **Goiko** y **Joanna**, presente en el local desde su inauguración. **Carta:** 40€ **Menú del día:** 27,50€ **Cierra:** Domingo.

## LA PLATA

EL "TODOTERRENO" DE GROS

## DONOSTIA

PADRE LARROCA, 14  
(GROS)  
TEL. 943 29 02 39



**Jorge Menéndez Estomba** abre La Plata a las 9:00h. con De-sayunos y Pintxos, caldo casero y una **carta informal de Platos Combinados, Ensaladas, Sandwiches, Bocadillos, Hamburguesas, Raciones, y Postres**. Sobresalen la Hamburguesa y la ensalada "La Plata", el plato combinado de Carrilleras de ternera con ensalada y patatas y pintxos como la Croqueta de txipirón, el "Figón", la Brocheta de pulpo y langostinos o el Foie con cebolla y frutos del bosque. Una excelente opción es su Plato del día y, sobre todo, el Plato del día de Fin de Semana a 13 euros con platos como Cordero, Ensalada de pulpo y langostinos, Secreto o Pluma ibéricos... todo ello sin olvidar su **variedad en cervezas y su selección de ginebras premium**. **Cierra:** Lunes.

## M MARTÍN

EL NUEVO FEUDO  
DE LOS HERMANOS MARTÍN



## DONOSTIA

VITORIA-GASTEIZ, 6  
(ONDARRETA)  
TEL. 943 38 12 55  
www.restaurantemartin.es



Los **hermanos Martín** ofrecen en esta nueva ubicación todo el arte y la sabiduría acumulada durante **24 años al frente del Mesón Martín**. Abierto de 10 de la mañana ininterrumpidamente hasta cierre, en su oferta gastronómica encontramos **Pintxos y Raciones hechos al momento** como Ibéricos, Tortillas variadas, Bravas, Calamar Begihaundi, Canelón de hongo y foie... y la "Trainera" tan solicitada en la calle Elkano. En su carta, una **cocina de producto y temporada impecable** con Verduras del tiempo, Callos caseros, Txipirones tinta, Pescados frescos a la parrilla (Rape, Rodaballo, Bacalao...) y un excelente Txuletón a la brasa. Una atractiva **terrazza** y una amplia **bodega** completan la oferta. **Carta:** A partir de 30€ **Cierra:** Domingo noche y miércoles todo el día.

## PIÑUDI

AHORA, CON MENÚ DE PINTXOS  
A UN PRECIO EXCELENTE !!

## DONOSTIA

NARRIKA, 27  
(PARTE VIEJA)



Regentado por **Oscar Campo**, encontramos propuestas de piqueo, destacando los **pintxos de foie** (con miel, con queso, a la pimienta...) y los **bocadillos**, pensados para que el comensal no se quede con hambre (Setas-bacon-queso, Vegetal con pechuga de casero, Pollo con setas y bacon...). También se elaboran generosas **Hamburguesas** con bollo de pan auténtico, **Brochetas** (De ternera, de pollo, de cerdo con mostaza, de langostinos...), y una amplia variedad de **Pintxos:** Piñudi, Taco ibérico con foie, Setas al ajillo, Croquetas caseras, Tortillas rellenas... Cocina ininterrumpida hasta las 12:30 de la noche. **Cierra:** Lunes. Además, Piñudi ofrece un excelente **MENÚ DE PINTXOS** compuesto de 4 excelentes pintxos a 12 euros, IVA incluido.

## PORTUETXE

COCINA DE MERCADO Y EXCELENTE PARRILLA EN IGARA

### DONOSTIA

PORTUETXE, 43  
(IGARA)  
TEL. 943 21 50 18

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



Javier Bereciartua y Josexto Perurena, pelotaris de renombre, abrieron en 1982 un asador en un precioso **caserío de más de cuatro siglos de antigüedad** que se ha convertido en uno de los establecimientos más prestigiosos de la ciudad. Los **pescados frescos a la parrilla y la Chuleta de buey de Goya** son el buque insignia de esta casa en la que también podemos degustar Chipirón Pelayo, Kokotxas salteadas, Hongos a la plancha... Además, siempre se ofrecen sugerencias de estación, Cordero por encargo y Caza en temporada. Dotado con una hermosa parrilla en plena calle, rústico y acogedor, cuenta con dos comedores para 120 y 40 personas y terraza. Destaca su cuidada carta de vinos con más de 250 referencias. **Carta:** 50-60€

## RITA by Ismael Iglesias

ALTA COCINA  
A PIE DE CALLE

### DONOSTIA

DUQUE DE MANDAS, 6  
(ATOTXA)  
TEL. 943 50 72 88

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



Instruido en la escuela Irizar y formado en algunos de los mejores restaurantes de Donostia, **Ismael Iglesias** ofrece una **cocina tradicional avanzada y muy personal con toques castellanos y corazón netamente donostiarra** en su precioso restaurante con **terrazza** cubierto de una gran **parrilla** de carbón y un armario de maduración de txuletas. **Sorprender y sobre todo agradar** es el objetivo de una cocina con especialidades como Arroces elaborados al momento (de bogavante, de begihaundi en su tinta...), Carpaccio de txuleta "dry age", Tartar de gamba blanca, habitas y oxalis, Cigalas a la parrilla con crema de tupinambor, foie y jugo reducido de pollo. Pase de paloma en tres tiempos, Txuleta de buey o de rubia gallega... **Carta:** 50-60€ **Cierra:** Domingo noche y lunes

## SENRA

ESCAPARATE DEL PINTXO Y LA TXULETA A LA PARRILLA

### DONOSTIA

31 DE AGOSTO, 28  
(PARTE VIEJA)  
TEL. 625 50 55 05



La situación generada por el Covid ha llevado a algunos hosteleros a usar la imaginación, como es el caso de **Enrique Senra**, que ha montado a la entrada de su bar un auténtico escaparate donde, como si de una joyería se tratara, podemos contemplar sus especialidades en **Pintxos fríos** como Jamón Ibérico con tomate, Txampi con jamón... También cuenta con **Pintxos de cocina** como la Vieira de la casa, el Rabo de toro deshuesado o el Txampi con foie y suave ali-oli. En **Raciones** no hay que perderse el Txuleton de viejo o el Solomillo a la parrilla de carbón, así como el Tomate de la casa en ensalada, el Arroz con almejas o el Txipirón fresco a la plancha. Senra abre a las 12 del mediodía y cuenta con **parrilla de carbón** a la vista de los comensales. **No cierra.**

## TERESATXO

VARIEDAD, SERVICIO, CALIDAD... Y ESPECIALIDAD EN "TAKE AWAY"

### DONOSTIA

AV. ZARAUZ, 85  
(LOREA)  
TEL. 943 21 33 08

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



Dirigido por **Garbiñe Arrizabalaga**, Teresatxo es un local familiar con una **oferta que cubre todos los gustos y una excelente relación calidad-precio**. Desde los desayunos desde las 7 de la mañana con bollería artesanal hasta las cenas, pintxos, menús, copas... Su **cocina tradicional** cuenta con especialidades como Txipirones en su tinta, Bacalao con tomate... y los sábados el menú incluye Cordero lechal asado. Destacan sus generosas bocatas (arrasa el de huevos con chorizo y patatas), las hamburguesas caseras y sus platos combinados con huevos fritos de sartén. **Carta:** 15-18€ **Menú del día:** 12€ (Sáb: 17-19€) **Medio menú:** 8-9€ (Fin de semana: 10-12€). **Cierra:** Domingo. Toda la comida de Teresatxo se prepara **también para llevar.**

## TÓMAS GROS

GASTRONOMÍA Y TRATO DE CALIDAD EN EL CORAZÓN DE GROS

### DONOSTIA

TÓMAS GROS, 2  
(GROS).  
TEL. 943 28 72 33



Calidad en el producto y buen trato son las bases de este bar en el que **Jose Mari Rey** trabaja dándolo todo desde 1983 y dirige en solitario desde 2017. Desde las 8:30 de la mañana, en su interior y en su terraza, podemos disfrutar de una amplia gama de **Pintxos y Raciones** con especialidades como Champi plancha con su huerta, Plato ibérico, Taco de manita rellena de carrillera, Montadito de txistorra al momento, Caracoles Tomás Gros, Ensaladilla al vapor... Tienen también merecida fama sus Callos caseros o sus Morros rebozados, así como sus "Huevos rotos sin romper" con paletilla ibérica, tomate, patatas y champis. **Menú del día:** 12€ (con agua del grifo, café o postre) 14,50 € (con bebida, café y postre) **Menú fin de semana:** 17,50 €. **Cierra:** Domingos y festivos.

## TXOLA

AKEITA, TXOLA TA TXOKOLA

### DONOSTIA

PORTUETXE 53  
(IGARA).  
TEL. 943 31 67 84  
[www.txola.com](http://www.txola.com)



En la zona de oficinas de Igara, en los bajos del edificio Beiza, este bar restaurante abierto por el equipo del Asador Aratz y dirigido desde sus inicios por **Haritz Jauregi**, cumplió en 2021 **15 años de vida**. En Txola, además de buen café, podemos degustar una **gran variedad de pintxos** de 6:30 de la mañana a las 20:00 de la tarde. Su variado menú del día nos ofrece una rica **cocina casera** y en su carta podemos degustar **platos** como la Ensalada Txola (Templada con pasta y hongos), generosas raciones de Ibéricos, Revuelto de hongos, Huevos rotos, Alitas, Puntillitas, Carne con tomate y pimientos... y una gran variedad de **platos combinados y bocadillos** de todo tipo (con carne, con pollo, con pescado, especiales...). **Menú día:** 10,30€ (con café, 11,50). **Cierra:** Sábado tarde y domingo.

## TXULETA

14 AÑOS DE PARRILLA,  
PRODUCTO Y EXCELENCIA



### DONOSTIA

PLAZA TRINIDAD, 2  
(PARTE VIEJA).  
TEL. 943 44 10 07

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



**Ander Esarte y Marian Garmendia** dirigen desde 2007 este asador Campeón de España de Parrilla, ofreciendo una cocina tradicional con producto de primera, **carnes y pescados a la parrilla, sugerencias de temporada** y platos como Guisantes de lágrima, Espárragos naturales a la plancha, Zizas, Entrecot de atún rojo, Sopa de pescado, Huevos Aginaga, Pulpo y Bacalao a la parrilla, Pimientos rellenos de rabo de buey, Callos y morros, Leche frita... y, por supuesto, su excelente Txuleta. Su bodega cuenta con unas 100 referencias y en su bar pueden degustarse raciones y pintxos como sus Croquetas de Txuleta o sus bocatas de Txuleta o de Ajoarriero. Es de destacar, asimismo, **su nuevo y cuidado menú del día**. **Carta:** 35-40€. **Menú:** 22€. **Menú degustación:** 35€. **Cierra:** Lunes noche y martes.

## XANTI

COCINA TRADICIONAL, CAZA Y  
PESCADOS A LA PLANCHA

### DONOSTIA

ANOETA PASEALEKUA, 30  
(JUNTO AL ESTADIO)  
TEL. 943 45 74 36  
[www.hotelanoeta.com](http://www.hotelanoeta.com)



La familia **Dendategi** dirige este restaurante y el hotel Anoeta desde que el abuelo de los actuales responsables, Xanti, lo inaugurara **hace ya 60 años**. Con un maravilloso **comedor en su amplia terraza-porche, perfectamente adaptada al Covid**, Xanti ofrece una impecable **cocina tradicional** con especialidades como sus solicitadas Croquetas caseras de jamón, su generosa Ensalada de bogavante (con un bogavante entero), sus Pescados frescos a la plancha (Besugo, Rodaballo...) y sus **platos de caza** en otoño-invierno. La cocina de Xanti está elaborada al **100% en los fogones** del local. La cafetería abre todos los días con gran variedad de bocadillos y platos combinados. **Carta:** 50€. **Menú:** 16,50€ + IVA **Tarjetas:** Todas. **Cierra:** Domingo noche y lunes.

Comer en  
**EUSKAL HERRIA**  
*non jan*

Más información acerca de estos restaurantes en...

**www.ondojan.com**

*¡tu gastroweb!*

## KROMATIKO



COCINA CON RAÍZ LOCAL  
Y VISIÓN INTERNACIONAL

## VITORIA-GASTEIZ

CALLE BEATO TOMÁS  
DE ZUMARRAGA, 2  
TEL. 639 476 066

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



Kromatiko, es un restaurante abierto a mediados de 2020 que **conjuga el recetario popular y una cocina tradicional de base con las tendencias más vanguardistas así como ramalazos internacionales e intercontinentales**. Osadía, frescura y técnica son el denominador común de una propuesta gastronómica divertida y cambiante en la que la técnica y la brasa adquieren una importancia primordial y el **respeto a la tierra** y los pequeños productores está marcado en el ADN de la casa y sus impulsores: Mejillones a la brasa, Lobster roll, Parpatana de atún rojo tuétano y raíces, Pochas ecológicas de Orbiso con calamar de la bahía y oreja de Euskal Txerri, Cordero nazarí al sarmiento... Saber y sabor. **Carta:** 50-55 €

## VILLA LUCÍA



PARRILLA Y COCINA TRADICIONAL  
EN EL CORAZÓN DE RIOJA ALAVESA

## LAGUARDIA - ÁLAVA

CTRA. LOGROÑO S/N  
TEL. 945 600032

[www.villa-lucia.com](http://www.villa-lucia.com)



Espectacular espacio gastronómico en el que además de **más de 200 vinos de Rioja** encontraremos una **excelente cocina tradicional de la mano del chef Juanan Gómez Antuñano** que se ofrece a la carta o en diferentes menús como el **Menú de Primavera** (27,95€), el **Menú asador vintage** (34,65€), el **"Menú Euskadi Gastronomika"** (38,50€) o el **"Menú Gente Menuda"** (13,95€), mientras que la **carta** oscila entre los 30 y los 40 euros. **Especialidades:** Carpaccio de novilla de Rioja Alavesa, Sukalki de potro de la montaña, Callos caseros con morros y patas, Corde-ro, Pimientos rellenos a la alavesa, Lechazo o cabrito asado (por encargo), Chuletillas de cordero al sarmiento, Chuletón de viejo a la parrilla, Torrija con crema de la abuela Luchy...



## CASERÍO MARUTEGI

MENÚS PARA TODOS LOS BOLSILLOS EN UN ENTORNO NATURAL

## ARAIA - ÁLAVA

CASERÍO MARUTEGI  
TEL. 945 31 45 58  
[www.marutegi.eus](http://www.marutegi.eus)



El pollo de caserío a la manera de la Amama es la especialidad de este precioso caserío perdido en las faldas de Aizkorri, ideal para una escapada con amigos o en familia donde encontraremos una **cocina tradicional, auténtica y honesta que se sirve en copiosos menús** entre 26 y 37 euros. Entre los platos encontraremos especialidades como Pollo de caserío, Callos y morros, Carrilleras estofadas, Litiruelas de cordero, Txipirones en su tinta, Huevos de Caserío con txitxikis de casa, Bacalao sobre vizcaína y Pil Pil... **Menú principal** (3 entrantes al centro, segundo a elegir y postre): 30 € **Menú principal con txuleta de viejo**: 38 € **Menú montañero** (alubia, 2º plato a elegir y postre): 26 €. Menú infantil: 12 € (Todos los menús incluyen el IVA y vino de Rioja Alavesa) **Cierra**: Lunes salvo puentes o festivos.

## REMIGIO

RENOVACIÓN CONSTANTE  
EN BUSCA DE LA ESENCIA



## TUDELA - NAVARRA

GAZTAMBIDE CARRERA, 4  
TEL. 948 82 08 50  
[www.hotelremigio.com](http://www.hotelremigio.com)



Recientemente renovado y equipado con nuevas habitaciones mirando a la Plaza de los Fueros, Remigio es a día de hoy **el lugar más indicado para disfrutar de la cara más personal y esencialista de las verduras de Navarra** así como la cocina más tradicional del Viejo Reyno. Por otra parte, en el nuevo espacio "El Choko" el joven chef **Luis Salcedo Irala** ofrece su lado más íntimo y creativo con una cocina que, ante todo, busca el sabor y la esencia del producto. **Carta**: 40-50 € **Menú del día**: 25 € **Menú degustación de verduras** (3 aperitivos + 8 pases + 2 postres + petit fours): desde 75 € (bebida aparte). **Menú del Choko** (3 aperitivos + 3 entrantes + 1 pescado + 1 carne + 2 postres + petit fours): desde 75 € (bebida aparte).



# HIKA

BY

---

## ROBERTO RUIZ

---

G A S T R O N O M Í A - V I N O - P A I S A J E

Otelarre, 35 - AMASA-VILLABONA - 943 14 27 09 - [www.hikabodega.es](http://www.hikabodega.es)

## MONTES NORTE

ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA  
Y GASTRONOMÍA DE CIUDAD REAL

## DONOSTIA

TXOMIN AGIRRE, 6  
-ERROTABURU-  
TEL. 629 441 053  
donosti@grupomontesnorte.com



El donostiarra/legazpiarra **Alfredo Medina** acaba de inaugurar en la zona de Errotaburu, junto a las Torres de Hacienda, una tienda en la que despacha **aceites de la cooperativa de su pueblo natal**, Malagón (Ciudad Real). Los de Montes Norte son aceites de oliva virgen extra de gran calidad ofrecidos a un precio de cooperativa, además de una serie de **productos también de Ciudad Real** que no le van a la zaga **como vino, vino espumoso, queso de diferentes variedades, chorizo y salchichón de ciervo, azafrán, aceitunas aliñadas, berenjenas encurtidas, pistachos, harina para hacer gachas...** parece pequeño por fuera

pero por dentro este despacho de la cooperativa Montes Norte tiene mucho más contenido de lo que parece, además de ser todo de una calidad fuera de serie. Alfredo, además, ha convencido a la cooperativa de su pueblo para que creen una **selección especial de aceite para esta oficina**, la única fuera de Ciudad Real, a la que han bautizado como **"Selección Donosti"**, elaborada con la variedad comicabra, típica de Ciudad Real, potente y afrutada. Es un placer acudir a Montes Norte, dejarse asesorar por Alfredo y, sobre todo, disfrutar en casa de estos aceites que son un prodigio de gusto y equilibrio.



## PASTELERÍA TRADICIONAL

- Gran surtido de pastas, pasteles y tartas
- Pruebe nuestros milhojas, jesuitas, ponches rusos, cuaremas, brioches, croissants...

Tfno. para encargos: 943 424 637

Garibay 1 (Boulevard), DONOSTIA  
EN IRUN: Genaro Etxeandia 1 y Paseo de Colón 43

## HOPA BEER DENDA

LOCOS POR LA  
BUENA CERVEZA

## DONOSTIA

PADRE LARROKA, 8 (GROS)  
TEL. 943 04 30 97



"Hopa", vocablo ideado por Galder Izagirre, batería de Berri Txarrak, gran aficionado a la cerveza, hace alusión al "hop" (lúpulo) y también recuerda a "topa" (brindar). En este establecimiento de Gros encontraremos **más de 430 referencias de cerveza**, frigoríficos para que el cliente pueda llevarse la birra fría a casa, sala de catas, cervezas belgas, locales, internacionales, lupuladas, afrutadas, lámbicas... en Hopa podremos encontrar la cerveza de nuestro gusto, así como ser perfectamente asesorados en caso de duda o desconocimiento por **Liteo y Mikel**, dos locos por la cerveza que hacen una clara apuesta por los elaboradores de cerveza artesana de Euskal Herria como **Mala Gissona, Basqueland, Bidassoa, Narpabier, Laugar...**

## CHAMORRO

CARNICERÍA, CHARCUTERÍA...  
Y GASTRONOMÍA

### DONOSTIA

C/ CARQUIZANO, 6 (GROS)  
TEL. 943 32 16 72  
MERC. GROS (PUESTO 2)  
TEL. 943 50 80 53



En marzo de 2019 Leo Chamorro cumplió nada menos que 25 años al frente de esta **carnicería y charcutería especializada en ibéricos de Guijuelo y chuleta de vaca gallega**. En este establecimiento también podemos abastecernos de **Cordero lechal de Aranda de Duero y Charcutería de elaboración propia** con todo tipo de aves rellenas (Poularda rellena con manzana y ciruela, Poularda rellena con trufa y foie...). Leo Chamorro cuenta con un Máster de Charcutería en la escuela Aiala de Karlos Argiñano y varios Cursos de cocina con Luis Irizar, lo que le ha posibili-

tado el poder elaborar diariamente gran cantidad de **platos en su obrador propio**, tales como Albóndigas, Lasaña, Muslo relleno en salsa, Croquetas caseras, Codillo asado, Pollo asado, etc... Gozan también de gran fama sus hamburguesas caseras de varios tipos, sus sandwiches de carne, y su carnicería es un **pequeño pero muy bien surtido colmado** en el que además de sus productos propios encontraremos un sinfín de productos de calidad y buena relación calidad-precio que nos ayudarán en la compra diaria como conservas de verduras, pastas, vinos, aceites, quesos...

## LA TORTILLA DEL ZABALETA

TORTILLA CASERA ELABORADA  
AL MOMENTO

### DONOSTIA

JOSÉ ARANA, 16 (GROS)  
TEL. 843 640 108  
641 550 318



Mencionada en medios internacionales como el **Whashington Post** o el **diario Sud Ouest France**, la tortilla que empezara elaborando **José García** en el bar Zabaleta, a pesar de seguir manteniéndose en el bar, ha dado el salto a un obrador especializado que la ofrece por encargo y siempre en su punto perfecto. Además, en el mismo obrador **se preparan para llevar otros platos tradicionales** como son su Ensaladilla rusa, Albóndigas, Carrilleras, Bacalao al pil-pil, Paella de marisco, Alitas de pollo, Carrilleras, Costilla ibérica... También cuentan con una excelente Tarta de queso y platos de cuchara que cambian día a día. La Tortilla del Zabaleta puede ser recogida en el local o recibida en casa por medio de Glovo.

## VINATERÍA

EL TEMPLO DE LA UVA

### DONOSTIA

BERMINGHAM, 8 (GROS)  
TEL. 943 28 99 99  
vinateria@gmail.com



Un enamorado del vino, Manu Méndez, fundó hace varias décadas este comercio especializado dirigido hoy por su hijo, **Jon Méndez**, en el que podemos encontrar **más de 500 marcas de vinos, tanto internacionales como de muchas de las 60 Denominaciones de Origen españolas**: Rioja, Ribera de Duero, Somontano, Penedés, Toro, Mancha... Podemos también adquirir todo tipo de **accesorios** (abridores, cortacápsulas, decantadores, termómetros...). El personal del local, siguiendo la estela de Manu, le asesorará sin compromiso sobre la botella idónea para cada comida u ocasión. Pregunte, además, por su interesante **Club de Vinos** y sus **cursos de iniciación a la cata de vinos**.

## BACALAO URANZU

ORIGEN, CALIDAD, VARIEDAD  
Y PROFESIONALIDAD

**DONOSTIA**  
MERCADO DE LA BRETXA P-2  
**ERRETERIA** CENTRO COM. NIESEN



**Andoni Pablo y Raket Corchero** regenta, desde 2007 este cuidado puesto hoy situado en La Bretxa donostiarra **al que hay que añadir un segundo puesto en ERRETERIA** en los que encontraremos una gran variedad de **bacalao de importación de primera calidad procedente casi en su totalidad de las Islas Faroe**, origen de los mejores bacalao del mundo. En Urantzuz, **el bacalao se importa entero y se corta en casa**, por lo que los responsables del establecimiento saben de primera mano lo que compran y lo que venden. Llama la atención la **variedad de formatos en bacalao seco: Medallones, Kokotxas, Carrile-**

**ras, Callos, Desmigado, Copos** (formato ideal para croquetas o pimientos rellenos), así hasta 25 tipos de formatos entre los que destaca el **Filete de selección**, considerado el "solomillo" del bacalao. También pueden adquirirse bacaladas enteras de diversos tamaños, desde 500 gramos a 5 kilos. No falta el bacalao desalado ni la posibilidad de **envasar la compra al vacío** para que ésta se conserve varios días y pueda ser llevada como regalo. Completan la oferta de Urantzuz una corta pero cuidada variedad de **productos delicatessen** como Miel de las Hurdes, Aceite de las Garrigas... Más información en Facebook y en [www.bacalaozurantzuz.com](http://www.bacalaozurantzuz.com)

## PESCADERÍA ESPE

COME BIEN,  
COCINA PESCADO

**DONOSTIA**

MERCADO DE LA BRETXA,  
PUERTO 12 (PARTE VIEJA)  
TEL. 943 42 53 55



**Carol Archeli** dirige esta pescadería fundada por su abuela, Amalia Berastegui, en 1938, ofreciendo **los mejores pescados de temporada traídos directamente de Pasaia**, así como el mejor **Marisco de Galicia** (Almejas, Cigalas, Percebes...) abarcando todo tipo de pescados y precios. Estamos en los meses con "R", y como nos suele comentar Carol en su sección "Itsasotik", es **el momento ideal para disfrutar de los mariscos y moluscos**. Asimismo, y nos recuerda que con los pescados de siempre se pueden ensayar nuevas fórmulas. Para compartir todo este conocimiento, Carol ha creado el **grupo de Facebook "Come bien, cocina pescado"** en el que en breve empezará a compartir diversas formas de cocinar todo tipo de pescados. **¿Os unís a nosotros?**



# Oiartzun

ARTISAU GOZOTEGIA | PASTELERÍA ARTESANA

Calle Igentea 2 - 20003 DONOSTIA  
Tf. 943 42 62 09  
[www.pasteleriaoiartzun.com](http://www.pasteleriaoiartzun.com)

**BENTA-ALDEA Y BENTA-ALDEA BI****EL PARAÍSO DEL VINO**

Hace ya **más de 30 años** que Fermín Garmendia, hace tiempo ya asistido al 100% por sus hijos Unai y Aratz, abrió en Anoeta el Bodegón Benta-Aldea, y este 4 de diciembre se han cumplido 6 años desde que la misma familia abrió la Vinoteca Benta-Aldea Bi en el Paseo de Belate en Tolosa, a 1 kilómetro del Benta-Aldea original.

**S**e acercan las Navidades y una vez más Benta-Aldea, tanto el Bodegón-almacén como la vinoteca volverán a ser un lugar de peregrinación para todo aquel que quiera realizar un regalo en condiciones, o para todos quienes quieran disfrutar de los mejores vinos y cavas, así como los más reputados embutidos, conservas y productos delicatessen en su mesa.

**Variedad de producto, lotes, regalos, variedades...**

Como dice Unai, "nuestra esencia se refleja en nuestros productos: buen vino, dando preferencia a los **productos de Euskal Herria** y a las pequeñas bodegas y productores, combinando esto con vinos de todo el estado (Zaragoza, Cádiz, Galicia, Cataluña, Andalucía...) y, eso sí, sin olvidar las grandes casas cuya distribución llevamos en exclusiva desde Anoeta como Heras Cordón, Belezos, Gómez de Segura, viña Ande, Valtravieso, Ramos Ducher, Vizcarra, Albret... y en cavas Perelada, Oriol Rossell... o **Champagnes** como Jacquart o Maire Clugny". Aunque en ambos establecimientos podemos encontrar las mismas referencias y los mismos precios, los Garmendia diferencian los dos, así, **Benta-Aldea Bi** se perfila como el establecimiento ideal para quien quiera comprar un vino especial para un **regalo o para un homenaje particular** mientras que Anoeta sería un lugar más indicado para el hostelero o para quien compra vino para casa en grandes cantidades. Además, en ambos locales también se ofrecen **productos delicatessen** como conservas de Navarra, guindillas de Ibarra, alubias de Tolosa, aceites de Jaen, ibéricos de Los Pedroches y Guijuelo, queso de Idiazabal..." de calidad impecable.

**Servicio personalizado y asesoramiento**

Si hay algo que los Garmendia subrayan es el trato personal y el asesoramiento. Como subraya Unai, "Aquí, para empezar, a diferencia de en un supermercado o una gran superficie, **asesoramos y aconsejamos sobre el vino**. Hay gente que viene buscando una marca concreta, otros quieren hacer un regalo, tienen pensado un presupuesto y no saben qué comprar, otros han oído hablar de un vino pero no conocen el nombre... tratamos de solucionar y cubrir las necesidades de cada persona que cruza nuestra puerta.

También preparamos **lotes personalizados** según presupuesto, pues tenemos de todo, desde vinos del año de menos de 3 euros hasta un tequila de 75 euros la botella... o vinos bastante más caros. El que paga decide."

Todo ello sin olvidar que el Bodegón Benta-Aldea es un **excelente restaurante** que cuenta con una de las barras más animadas de la comarca y un asador con una cuidadísima cocina de mercado destacando la **parrilla** y la maestría con la que se asan las excelentes **txuletas de vaca vieja** así como otros productos como la pluma ibérica, etc. Además, Benta-Aldea ofrece la posibilidad de elegir el vino entre las más de 1.000 referencias de su almacén a precio de bodega y consumirlo en el comedor pagando un simple descorche. Sin duda, una tentadora opción para los amantes de los buenos vinos.



**BODEGÓN BENTA-ALDEA**  
**Industrialdea 38 - ANOETA - Tf. 943 65 40 79**  
**BENTA-ALDEA BI**  
**Belate pasealekua 1 - TOLOSA - Tf. 943 50 66 38**

**IMANOL G. BALDA (PROPIETARIO DE LA EMPRESA IMANOL REFORMAS Y ROCKERO)**

# “NUESTRA CIUDAD SE HA QUEDADO ATRÁS EN LA ORGANIZACIÓN DE CONCIERTOS”

**Josema Azpeitia / caricatura: Javier Etayo “Tasio”**

Nacido en Gros en 1968 y educado en los Jesuítas, la vida llevó a Imanol G. Balda tras muchos rebotes al mundo de las reformas montando en 2007 su propia empresa, Imanol Reformas, dedicada a la reforma de viviendas y locales en general e intervenciones para compañías aseguradoras. Fanático del Rock and Roll, ha asistido a cientos de conciertos desde su más tierna adolescencia y hace unos meses ha emprendido una nueva aventura personal grabando cada 15 días el podcast **“Gabon Donosti, Salud y Rock and Roll”** recogiendo todos los conciertos celebrados en Donostia desde los años 70, que con 20 entregas grabadas, se está convirtiendo en todo un fenómeno de masas. Buscadlo en iVoox o Spotify... os enganchará !!.

## **Haznos un breve resumen de tu trayectoria profesional, Imanol.**

Nací en Donostia (Gros) en el año 1968. En cuando a mi formación académica, estudié la EGB en los Jesuítas de Donostia (Gros), San Ignacio Loyola y el Politécnico Easo (FP), rama electricidad. Posteriormente realicé un Plan de carrera para agentes profesionales del sector asegurador (Grupo Fortis). Acabados los estudios, empecé a trabajar de muy joven en el negocio familiar, un negocio dedicado a los efectos navales en Pasaia, suministrando a los barcos que iban en pareja a pescar Bacalao a Terranova en mareas de más de 6 meses, suministrando a cada barco todo tipo de enseres necesarios para los marineros en ese período de tiempo. También fui responsable en una compañía aseguradora en la delegación de Errenteria y en la sucursal de Gros de la misma compañía.

Tras pasar por el mundo comercial en una empresa de suministro de saneamiento y calefacción, aterricé en una empresa de reformas donde estuve 7 años hasta que decidí independizarme hace más de 15 años y montar mi empresa actual, **Imanol Reformas**, ubicada en el barrio de Ibaeta en Donostia y dedicada a la reforma de viviendas y locales en general, realizando también multitud de intervenciones para compañías aseguradoras. Precisamente, en noviembre hemos abierto el aviso número 50.000 desde que empezamos en octubre de 2007. En todo ese tiempo hemos realizado multitud de reformas en viviendas, la reforma de varios locales de hostelería y un par de fábricas de cerveza, destacando el gran trabajo que hicimos en el Barrio de Iga- ra en la cervecera Gross.

Aparte de eso, he sido delegado de las tamborras del

barrio de Gros, del entonces llamado CAT, Centro de atracción y Turismo en 1995 y dirigí una compañía de barriles durante 16 Años de una tamborrada de Gros. Además fui entrenador del club Groseko Kirol Elkarte de fútbol en categorías inferiores durante más de 7 Años, así que, como puedes comprobar, me considero un “grosero” de pura cepa.

## **¿Además de la música y el buen comer, qué aficiones cultivas?**

Me gusta mucho la fotografía y realizo fotos de todo lo que te puedas imaginar: paisajes, gentes, mar, deporte...

También me encanta viajar siempre que puedo, además tengo la costumbre de realizar una parada obligada en cada ciudad en la que haya un garito de la cadena Hard Rock, habiendo estado en más de 20 locales diferentes, de los que me llevo siempre un recuerdo en forma de pin de guitarra o camiseta conmemorativa.

También tengo una colección de camisetas del Jazzaldia donostiarra, así como del Zinemaldia. Guardo también un montón de camisetas de conciertos varios, así como camisetas de la Real Sociedad de fútbol, equipo del que soy muy forofó desde txiki.

También guardo todas y cada una de las revistas que se han entregado en el estadio de Anoeta en cada partido de fútbol al que he asistido desde hace casi 30 años.

## **- ¿Tu lugar favorito en Donostia?**

El monte Ulia desde la parte de Mendiola en Pasaia hasta Gros y por supuesto el Peine del Viento donde está “mi rincón de pensar”. También me encantan el mirador del Nautiko y el muro de Sagues.



### - ¿Y en el resto de Gipuzkoa?

Me encanta Hondarribi y todo su entorno. Pasear entre sus calles siempre es un placer y acabar tomando un vino con un pintxo en un ambiente así es un privilegio.

### - ¿Y en el resto del mundo?

Me encanta viajar, sobre todo escapadas de pocos días pero intensos, tanto en España como en Europa.

### - ¿Cuál ha sido tu mejor viaje?

Sin duda el mejor viaje fue con mi pareja de siempre en Chequia y sobre todo Praga. Me pareció flipante, tengo un magnífico recuerdo de aquel viaje. Y con amigos, me quedo con la escapada a Berlín, ciudad donde mezclas historia con cultura, gastronomía, buena cerveza y rock & Roll.

### - ¿Y el viaje que te queda por hacer?

Sin duda, Estados Unidos. Tengo muchas ganas de ir a New York, aunque Japón también me llama, y mucho. Además, unos buenos amigos acaban de venir de allí y me han hablado maravillas.

### - ¿Y el mejor concierto?

Buff... es difícil quedarse con uno solo habiendo visto tantos, además entiendo que un concierto en su memoria depende del estado emocional del momento y de la magia que se llega a producir, tanto por la compañía, entorno, estado emocional... Por lo tanto, esta respuesta la separaría en tres:

Por "nostalgia" el concierto en 1986 de Michael Schenker y Scorpions en Madrid, en el que estuve con mi novia Ana que sigue siendo mi actual compañera de fatigas, concierto que marcó mi juventud y tuvimos la ocasión de volver a ver en Bilbao hace unos pocos años.

Por "disfrute" Judas Priest con mis amigos del grupo Thor en el Velódromo de Anoeta. Y también Deep Purple en Bilbao donde tuve la ocasión de compartir mesa con su vocalista Ian Gillan en el BackStage.

Y por "sentimiento", el último concierto despedida de Barricada en el Pabellón Anaitasuna de Iruña donde tuve la suerte de compartir charla en camerinos junto a mi amigo del alma Juankar con los componentes Barrikeros Alfredo y el difunto Boni tras el concierto en el que todos sabíamos que... "Estuvo bien, se acabo y adiós !!!"

### - ¿Y el concierto que te queda por disfrutar?

Sin duda algun,a AC/DC en el estadio de Anoeta, aunque lamentablemente dudo mucho que se pueda cumplir.

### - ¿Qué es lo que más valoras en una persona?

La sinceridad, que me mire a los ojos y me diga lo que pienso de verdad, aunque a veces no me guste.

### - ¿Y lo que más detestas?

Más que detestar, me cuesta mucho entender a la gente que es capaz de "venderse" por un plato de lentejas, para mí la "amistad" está por encima del bien y del mal y siempre defendiendo a los "míos" a capa y espada como si me fuera la vida en ello. Me considero una persona fiel por naturaleza.

### - ¿Dónde has vivido tu mejor experiencia gastronómica?

Al margen de mis restaurantes favoritos de la zona como Aratz, Casa Urola o Mesón Lugaritz, viví una experiencia inolvidable en Logroño, en Kiro Sushi, un Estrella Michelin que solo admite 12 comensales en el turno de mediodía y la experiencia fue Brutal.

### - ¿Cuál es el producto o costumbre gastronómica que más valoras en Euskal Herria?

El pescado en general, aunque al margen de cualquier producto, que por suerte tenemos tanto y tan variado en nuestra tierra, valoro mucho la costumbre de reunirnos en cualquier sociedad gastronómica poniendo cualquier excusa para juntarnos alrededor de una mesa.

### - ¿Y el producto o costumbre que más te ha sorprendido fuera de aquí?

Sin duda el arte con el que tratan al Atún en la zona de Cádiz y la multitud de formas que tienen de prepararlo, aprovechando todas y cada una de sus partes. Recuerdo unas vacaciones en Zahara de los Atunes en las que yo me pasaba todos los días por el mercado de abastos y charlaba con una pescatera a la que debí de caer bien porque cada día me contaba una historia diferente sobre el atún y el arte de su pesca y cada día me vendía una parte diferente de la pieza recién abierta para comprobar lo que ella me decía. Recuerdo comer un pintxo de atún en escabeche en una tasca del pueblo, que lo sacaban frito, que me dejó flipado de lo bueno que estaba.

También descubrí el Sushi a través de un buen amigo mío que insistió en que lo probase y me enganchó. Aquello me hizo abrir la mente y cada vez disfruto mucho más, descubriendo nuevos mundos gastronómicos. El último fue hace un tiempo en Madrid en casa de Gastón Acurio, donde acudí por un cliente mío, Juan Mari Arzak, que me lo recomendó y me quede enganchado por la experiencia tan increíble vivida.

### - Volvemos a la música. ¿Quién es el músico que más te ha sorprendido?

Pues mira, Rory Gallagher es un guitarrista Irlandés que fue de los primeros en venir a tocar a Donosti en 1974 y le



he descubierto musicalmente hace menos de un año, a raíz de buscar su música para mi pod-cast "Gabón Donosti, Salud y Rock & Roll", aunque por supuesto y desde bien pequeño he flipado con los hermanos Young de AC/DC.

También hago mis pinitos como batería. Empecé a tocar a los 50 tacos y me encantan bateristas como Coki Giménez actualmente en los Fitipaldís, Phil Rudd (AC/DC) o Herman Rarebell de los Scorpions.

También tengo la suerte de contar con la amistad desde hace muchos años de Iñigo Argomaniz (Getin), promotor musical y manager de muchos grupos, entre ellos, algunos de mis favoritos como Barricada o Rosendo y lógicamente he tenido la suerte de compartir muchos momentos con alguno de ellos, y si algo me ha sorprendido en el mundo del Rock & Roll, es la sencillez del maestro de maestros, Rosendo Mercado (ex-Leño) con el que he compartido mesa en un par de ocasiones, una en el Aratz el día de su retirada y otra en el Illarra (anterior etapa con el difunto Josean). Fue una experiencia inolvidable, sobre todo por la cercanía y humildad de Rosendo, un gran tipo al que admiro, tanto por su música como por su manera de ser y por supuesto por sus "maneras de vivir"...

**- ¿Cual es tu plato favorito para comer? ¿Y para preparar?**

Para comer un buen pescado a la parrilla como por ejemplo un buen lenguado, aunque no le hago ascos a una buena txuleta. Mis amigos dicen que preparo muy bien el Bacalao en salsa verde y que tengo mano para los revueltos.

**- ¿Qué escuchas mientras cocinas?**

Escucho y repaso mis pod-cast para tomar nota y aprender de los errores, jajaja !!!

No, en serio, soy un enamorado de Spotify y en mi playlist hay mucha música nacional de rock más bien urbano y bandas rockeras sobre todo de los años 80, con grupos como Leño, Platero y tú, Barricada... combinando con clásicos como AC/DC, Deep Purple, Scorpions, UDO, Motherhead o Ramones.



**- ¿Se te resiste algún plato para comerlo o para prepararlo?**

Pues la verdad es que no soy muy de sopas, aunque de resaca entran muy bien y no puedo con el hígado encebollado.

Para preparar me atrevo con cualquier cosa, aunque los platos de cuchara no se me dan del todo bien.

**- ¿Y se te resiste o te atraganta algún estilo musical o intérprete?**

Si claro !!! Lo que está de moda ahora es decir que "no soporto el regueton, el trap y todos estos estilos tan actuales"... aunque entiendo que algo estarán haciendo bien cuando una gran mayoría de los adolescentes flipan con esa música.

Es lógico que a un tío de casi 55 tacos como yo no le llegue ni le mole ese tipo de música, es que no creo que la hagan pensando en que pueda gustar a gente de mi generación.

De cualquier manera me considero un tío de mente abierta y soy capaz de escuchar a los Secretos, Sabina o cualquier otro grupo al margen del rock sin ningún problema.

**- Recomendados dos restaurantes en Donostia.**

Aratz de los hermanos Zabaleta en Ibaeta porque te hacen

sentir como en casa y exactamente por lo mismo el Mesón Lugaritz junto a la Cámara de Comercio de Donostia. Ambos combinan un excelente producto con un trato exquisito.

### - ¿Y un par de restaurantes fuera de tu ciudad?

Pues mira, soy un asiduo con mis amigos a Pucela y el Restaurante Dámaso en Valladolid es una casa genial, con un tipo peculiar que hace una comida muy elaborada y diferente. Además es un tío muy "salao" y agradable que presume, y mucho, del producto de su tierra. Le conocí hace años cuando tenía el restaurante en un pueblito pequeño, y aunque ahora está en un club de golf y no es el mejor entorno para su estilo, merece la pena.

Y también me encanta Becook en León, un restaurante con muchas ganas de triunfar, con un trato excelente y una carta que te sorprende.

### - ¿Un cocinero o cocinera que te haya sorprendido?

Pues la verdad es que me cuesta elegir, pero te diré una cerquita de casa, Felix manso con su inseparable Sonia en Félix Manso Ibarla de Irun. No fallan nunca y siempre con producto de cercanía. Además, en temporada de setas Felix lo borda y el trato es espectacular.

### - Lo tuyo son las reformas... ¿En el mundo de la música, qué necesita ser reformado?

Pues esto sí que lo tengo clarísimo !!!

Nuestra ciudad se ha quedado atrás en la organización de conciertos debido en gran medida a la falta de un recinto multiusos que reúna ciertas condiciones. Ahora mismo el Velódromo está obsoleto, al margen de que la nueva Ley de Espectáculos sólo permite como máximo 5.000 personas. Illunbe no es un recinto válido puesto que tiene una sonoridad penosa y en el Polideportivo te mojas si llueve por las goteras existentes.

Mientras tanto, nuestras ciudades vecinas nos han adelantado por la derecha y nuestros dirigentes ni se han enterado. Tú vas, por ejemplo, al Navarra Arena en Iruña y flipas. Estuve allí viendo un concierto de Marea y es un recinto impresionante, de lo mejorcito que puede haber a día de hoy a nivel europeo.

### - COVID-19... ¿Cómo lo has vivido?

Fatal !!

A nivel personal me tocó pasar la enfermedad con 21 días encerrado en casa sin mejora hasta los tres últimos días, muy agobiado y preocupado. Menos mal que al final pasó y sin secuelas.

A nivel profesional, a punto de tener que cerrar la empresa, sin permiso para poder entrar en las casas y con un ERTE denegado y pasándolas canutas, aunque ahora ya estamos en plena recuperación, eso sí, muy poco a poco.



### - ¿Y qué consecuencias crees que traerá a la gastronomía y la música?

En cuanto a la gastronomía, yo creo que han cambiado las costumbres. Yo, por ejemplo, ya no me quedo a comer a diario fuera y procuro ir a casa a comer, cuando antes del COVID era impensable. Entiendo que el menú del día se habrá visto resentido.

Al margen de los muchos establecimientos que han caído, creo que los que resistan el tirón de la recuperación y consigan mantenerse saldrán más fuertes.

En cuanto a la Música, creo que estamos en el camino de la recuperación, aunque en pleno COVID yo no imaginaba ni por un momento que íbamos a volver a juntarnos tanta gente y tan apelotonados en un concierto, sobre todo tan pronto. Y prueba de ello fue el concierto de Fito y Fiti-paldís en San Mamés hace unos meses.

### - ¿Qué te gustaría escuchar segundos antes del juicio final?

"Imanol, siéntate en la batería que te estábamos esperando. Lemy (Motherhead) junto a Bon Scott y Malcom Young (AC/DC) se han juntado con Boni (Barricada) y solo les faltabas tu. Jajaja. No, en serio me gustaría escuchar algo así como que todo lo vivido hasta entonces había sido "prueba superada" y a partir de ese momento comenzaba lo bueno para siempre...



## YON PAVON COCKTAIL EVENTS



El barman perfecto para tu fiesta,  
evento o celebración

Los mejores cocktails  
donde los necesites

**BODAS - COMUNIONES - ANIVERSARIOS - FIESTAS - EVENTOS DE EMPRESA**

 @yonpavoncocktailevents

**669 666 624**



**ELABORACIÓN ARTESANA DE SALCHICHAS:** Hasta 15 tipos de salchichas artesanas: De biberón, de pimiento del piquillo, de pollo, de hongo, de queso...

**ELABORACIÓN ARTESANA DE TXISTORRA:** Campeones de Euzkadi 2002 y 2008

**ELABORACIÓN ARTESANA DE MORCILLA:**  
★ 1º Premio Ormaiztegui 2006

### **KURSAL 2008**

Medalla de Oro en el Congreso Le Mejor de la Gastronomía por la presencia de Patxi Larrañaga sobre la Televisión

### **KURSAL 2010**

1º Premio Nacional de Barritin en el Congreso San Sebastián Gastronomika

### **KURSAL 2011**

Gran acogida de la presencia de Patxi Larrañaga "El Txisteta bajo la lupa. Descubriendo grandezas y detalles"

### **KURSAL 2014**

Medallas de la cocina del plato de Robán Triasola "Presión: Carapacho de carne con resacasola", ganador en el reto de cocina República Italia

### **VENTA DE CARNE DE VACA PAISANERA**

La Vaca Paisanera es vaca gallega criada en casa, con gusto y respeto. Le damos el tratamiento de la carne, que la curamos y la cocinamos como una parte de la familia. Un sabor contrastante y una calidad fuera de serie.



# PATXI LARRAÑAGA

CARNICERÍA - CHARCUTERÍA

Nagusia, 39 | LASARTE-ORIA | TEL. 943 372 668

[www.patxilarranaga.com](http://www.patxilarranaga.com) | [patxilarranaga@telefonica.net](mailto:patxilarranaga@telefonica.net)

# Bai Reformas

ERAIKUNTZAK - ERREFORMAK

ERRESTAURAZIOAK - BARNE DISEINUA

Poligono Guardia 4 - Idiazabal 20213

943 88 76 40 - 677 577 339

info@baireformas.com

www.baireformas.com

**ERAKUSKETA BERRIA  
DUGU, ETORRI  
BISITAZERA!**



Goardia Ind. 4,  
Idiazabal.

Jarraitu gure  
facebooka

