

# ondojan.com

comer bien en Gipuzkoa

nº 244: mayo 2025



*Aimarez*  
ARABAR ERRIOMA - RIOJA ALAVESA

*Un vino con carácter  
en homenaje a nuestro abuelo Félix,  
un ejemplo a seguir*

**DISPONIBLE AÑADA 2024**

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



euskal sukaldaritza gaurkotua igaran  
cocina tradicional vasca actualizada en igara



# 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



**Kabrarroka en salsa con patatas**  
Restaurante Urgain (Deba)  
(Ver receta en pág. 15)

**ondojan**

Nº 244 Mayo 2025

**ZUM EDIZIOAK, S.L.**  
Patrizio Etxeberria, 7  
20230 LEGAZPI  
Tf. 943 73 15 83  
639 21 89 40

**E-mail:** zum@zumedizioak.com  
josema@zumedizioak.com

**Impresión** Leitzaran Grafikak  
**Depósito Legal:** SS-1097/03

**Coordinación y Redacción:**  
Josema Azpeitia

**Colaboradores:**  
Aitor Buendía, Nere Ariztoy, Jon  
Méndez, Alberto Benedicto, Ainara  
López, Carol Archeli, Txemari Esteban,  
Xavier Gutiérrez, Miguel Pocoví y  
Javier Etayo

**Fotografías:** Ritxar Tolosa,  
Josema Azpeitia y Archivo  
**Diseño:** Truke Estudio Grafikoa  
**Maquetación:** Ritxar Tolosa

**PUBLICIDAD:**  
Josema Azpeitia (609 47 11 26)



**Ondojan.com** se edita todos los meses en PDF que puede consultarse en nuestra web [www.ondojan.com](http://www.ondojan.com) y en Calameo.com. Asimismo es enviada mensualmente a más de 2.000 WhatsApp mediante lista de difusión. Dicho servicio puede solicitarse gratuitamente en el **Whatsapp 609 47 11 26**.

Además de esto, la revista es publicada en papel 4 veces al año y repartida gratuitamente en más de 700 bares, restaurantes, hoteles y oficinas de turismo de Gipuzkoa, gracias a la colaboración de los anunciantes de sus páginas.

**Ondojan.com** no comparte necesariamente las opiniones expresadas por sus colaboradores, aunque generalmente si lo hace. 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 o humanos, que nadie es infalible.

**estúpido concienzudo**

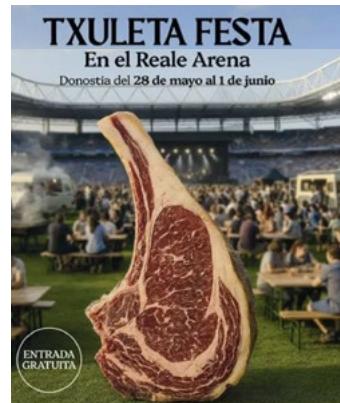
## LA FIEBRE DE LOS MACROEVENTOS

**D**e un tiempo a esta parte parecen haberse puesto de moda los "macroeventos gastronómicos", fiestas pretendidamente culinarias impulsadas por empresas o asociaciones particulares que visten a sus iniciativas como celebraciones populares o benéficas a pesar de que el único motivo que mueve a sus organizadores es el simple y llano ánimo de lucro.

Así en el espacio de un mes han tenido lugar en Donostialdea dos "fiestas", dedicadas, como si estuvieran coordinadas entre ellas, una a la carne y otra al pescado: La "Txuleta Festa", del 28 de mayo al 1 de junio en el estadio de Anoeta y "Marisgalicia, la fiesta del marisco gallego", en el parking del Centro Comercial Urbil del 16 de mayo al 1 de junio. A ambos saraos se suma la inminente celebración de la Champions Burguer que tendrá lugar a lo largo del mes de julio también en el Estadio de Anoeta.

Aparentemente, estas celebraciones entrañan, como otros negocios, dentro de la iniciativa privada y como tal deberían de ser tratadas, pero se da la circunstancia de que en muchos de los casos se crea una discriminación directa hacia el sector hostelero, al que realizan una clara competencia desleal al no estar obligados a cumplir un montón de los requisitos que a éste se le imponen en materia de ruidos, terrazas, separación de mesas, aforos, salubridad... que hacen cada día más complicada su labor.

Resulta triste, y muy injusto, que precisamente sea un club como la Real Sociedad el que permite, por el mero hecho de ganar unos miles de euros, la celebración de unas fiestas que van a hacer perder mucho más a un sector, el de los bares y



restaurantes, que tanto hace por su equipo de fútbol del alma decorando sus locales con sus banderas, escudos, pósters... y acogiendo a sus aficiones tanto los días de partido como cuando los partidos se juegan en el exterior.

Todo ello sin contar la estrategia publicitaria engañosa que ha practicado alguno de estos eventos y que le ha valido ser denunciado por sindicatos como ENBA y hasta por la propia ETB sin que ello haya hecho que el público, ciego a estas circunstancias, deje de acudir en masa a estas "romerías" para ahorrarse unas perras sin mirar al servicio ni a la calidad del consumido.

Luego nos extrañaremos y nos quejaremos de que cierran bares y restaurantes.

**Josema Azpeitia**  
Periodista gastronómico



**ONDOJAN 244: OBITUARIO: JOAQUÍN FERNÁNDEZ Y JUANMA GARMENDIA 04 OPCIÓN (JOSEMA AZPEITIA) 06 AZALEAN - EN PORTADA: URGANÍ 12 GUISENDERA DE ORO 16 COLABORACIONES 18-30 SABERES Y SABORES 18 TE LO DIGO... 22 LA RUTA SLOW 24 ITSASOTIK 26 MENUDO MENÚ 28 ARTE LÍQUIDO 29 DI... VINOS 30 PINTXO: VIENTO SUR 32 JAKITEA: PRESENTACIÓN DE "ARTZAINAK ETA SUKALDARIK" 34 GRANDES MESAS: MARTÍN BERASATEGUI 36 TORTILLA DE PATATAS 42-61 CAMPEONATO DE EUSKADI 42 GUÍA DE TORTILLAS 45 KOSTA AROA 62 BEREZIARTUA 63 GOIERRI 64 RESTAURANTES DE GIPUZKOA 68 RESTAURANTES DE DONOSTIA 74 RESTAURANTES. DE EUSKAL HERRIA 79 PLACERES 80 CON LAS MANOS EN LA MASA: JOSE MANUEL CRESPO "CRISPI" 82**

## Fallecidos durante el confinamiento

# CINCO AÑOS SIN SU LUZ

Hace cinco años que la irrupción del Coronavirus, que entró en nuestras casas como un elefante en una cacharrería, nos pusiera a prueba durante un largo periodo en el que no supimos bien si estábamos amenazados por una enfermedad, por una dictadura o por el simple miedo a lo desconocido. Y coincidiendo con esa fecha, estos últimos días también se ha cumplido el quinto aniversario de dos grandes amigos de esta casa que fallecieron durante el confinamiento, en ambos casos justo cuando faltaban unos pocos días para que volvieran a abrir las puertas de sus establecimientos. Curiosamente no fue el Coronavirus quien se llevó a estas personas que aprovechamos para traer hoy a nuestro recuerdo y rendirles un pequeño pero sentido homenaje, sino que fueron un fallo funcional y un accidente los que nos los hicieron perder... Sea como sea nos consideramos muy afortunados de haberles conocido en vida.

### **Josema Azpeitia**

*En la página contigua, Joaquín Fernández, tal como lo recordaremos toda la vida, en la barra del Dickens frente a sus maravillosos combinados.*

*Abajo, Juanma Garmendia acariciando una de las vacas autóctonas que a menudo adquiría a los baserritaras de los contornos para ofrecer la mejor carne posible a su fiel clientela.*

**E**l primer golpe lo recibimos en el mes de mayo, cuando ya se vislumbraba el final del confinamiento y la llamada "desescalada", en aquellos tiempos en los que todavía creímos que esto iba a ser algo pasajero a lo que le quedaban cuatro o a lo sumo cinco- telediarios..

### **JOAQUÍN FERNÁNDEZ, el coctelero positivo.**

Fue en aquel momento, concretamente el 27 de abril, cuando sufrimos el fallecimiento de **Joaquín Fernández**, alma máter de la coctelería Dickens del Boulevard. La de Joaquín fue una muerte súbita e inesperada que nos dejó acongojados a todos en pleno confinamiento. Joaquín era optimista, confiaba en que esto iba a acabar rápido y había preparado un cóctel de color verde llamado "Esperanza" para celebrar el final del encierro domiciliario. Y es que así era Joaquín, puro positivismo y alegría, amabilidad, simpatía y ese desparpajo canalla que acaba dándole a la mayoría de los hosteleros el haber pasado tantos y tantos cientos de horas aguantando el rollo de miles de clientes entre los que, por supuesto, se encuentra lo mejor de cada casa.

### **JUANMA GARMENDIA, el parrillero comprometido.**

No terminó el mes de mayo cuando tuvimos, el día 24, la noticia de la muerte de **Juanma Garmendia**, del asador Kattalin. Un accidente tan tonto como una caída por unas escaleras que subía varias veces al día dio al traste con la vida de uno de los mejores parrilleros que teníamos en nuestro entorno, un hostelero jovial, desprendido y generoso que cada vez se preocupaba más por diferenciar su restaurante en el competitivo mundo de la parrilla. Afortunadamente, su viuda, **Arantxa Agirrezabala**, sacando fuerzas de flaqueza, tuvo la enteraza de poner de nuevo en marcha el asador y hoy, cinco años más tarde, Kattalin funciona a pleno rendimiento, Arantxa es una de las más remarcables parrilleras de Gipuzkoa y además, cuenta como principal ayudante con su hijo, **Ander**. La saga de Juanma Garmendia sigue y el negocio goza de muy buena salud.

Joaquín, Juanma... dos excelentes ejemplos de esa hostelería y esa restauración modernas que hoy en día está en proceso de extinción. Un placer haberlos conocido, amigos... que la tierra os sea leve !!





**Josema Azpeitia**  
Periodista Gastronómico

**Participar en un campeonato de tal importancia siguiéndole el juego al sistema uniformizador y avasallador que representan las grandes superficies es una contradicción que echa por tierra la pretendida exquisitez del movimiento a favor de una tortilla de patatas "gourmet".**

La reciente final del Campeonato de Tortilla de Patatas de Euskadi ha tenido lugar en los pasillos de un centro comercial, algo, en opinión del firmante del presente artículo, totalmente contradictorio con la filosofía que debería transmitir.

# **POR QUÉ NO ACUDÍ A GARBERA**

**Ilustración: Javier Etayo "Tasio"**

**E**ntre el pasado 24 de marzo y el 26 de abril tuvo lugar la 2ª Edición del Campeonato de Tortilla de Patatas de Euskadi, evento en el que, al igual que el año pasado, tuve el honor de participar como jurado en las diferentes semifinales provinciales que tuvieron lugar en las instalaciones de las Escuelas de Cocina y Hostelería de Leioa, Gasteiz y Donostia respectivamente. Eso sí, así como el año pasado tomé parte en

dicho proceso hasta el mismísimo día de la final, que tuvo lugar en uno de los muelles del Arenal bilbaíno, este año he declinado la invitación a participar como jurado debido a la decisión por parte de la organización del campeonato de celebrar dicha final en el Centro Comercial Garbera, de Donostia.

A estas alturas, y sobre todo de cara a las gentes que me siguen y conocen mi trayectoria profesional y personal, creo que no hay que dar muchas explicaciones sobre mi decisión. Llevo años, muchos años, enarbolando una línea editorial totalmente contraria a dichas grandes superficies denunciando su actividad y su responsabilidad en la destrucción del tejido comercial y hostelerío de nuestros pueblos y ciudades. Las grandes superficies, que llegaron a principios del siglo XXI para quedarse, han supuesto en pocos años la ruina del modelo de comercio que regía entre nosotros hasta entonces, un comercio local, familiar y cercano que daba vida a nuestros pueblos y ciudades y facilitaba miles de puestos de trabajo en una actividad, la comercial, que en la mayoría de los casos suponía también un excelente ejemplo de lo que hoy en día se conoce como "economía circular": lo que se adquiría en el pueblo dejaba beneficios en el pueblo que revertían, asimismo, en otras compras o equipaciones en el propio pueblo.

En el cuarto de siglo que llevan funcionando los centros como Garbera, esta situación ha cambiado de una manera radical. El comercio en pueblos y ciudades ha descendido de

una manera estrepitosa generando una masa desempleada que no ha tenido más remedio que buscarse la vida haciéndolo, generalmente, fuera del pueblo, con lo que además de crear paro y ruina estas superficies han contribuido a un crecimiento de la necesidad de desplazarse por motivos laborales con el aumento de desplazamientos, emisiones contaminantes y, en el peor de los casos, accidentes que esta decisión ha provocado.

En el caso de la hostelería, las consecuencias de la proliferación de este tipo de "ciudades" comerciales han sido similares a las del comercio. Si bien los primeros centros comerciales de la provincia como el Mamut de Oiartzun o similares, contaban con una cafetería o, a lo sumo, un par de ellas para atender a la gente que estaba realizando sus compras, a día de hoy la llamada "zona de restauración" de estas moles es una parte importantísima del negocio y, en algunos casos, como el propio Garbera, conforma incluso un centro comercial completo dentro de la superficie del propio centro, una monstruosa ciudad dedicada a la "hostelería organizada" y la comida basura levantada, para más inri, cuando desde el propio Gobierno Vasco se había anunciado la prohibición expresa a la construcción de más superficies de este tipo. Bastó a sus promotores con anunciar que no se trataba de un nuevo centro comercial sino de la "ampliación" del existente para contar con todas las bendiciones institucionales y jurídicas.

Lo peor, además, de este tipo de concentraciones "hosteleras", es que no solo hace una competencia feroz a la hostelería tradicional ya existente, sino que impone un modelo culinario y nutricional diametralmente alejado del modelo gastronómico tradicional y local defendido por la mayor parte del sector. Además, al pertenecer a grandes corporaciones con domicilios fiscales alejados a cientos o incluso miles de kilómetros de nosotros, muchos de los establecimientos de estos parques del "fast food" cuentan con una serie de ventajas fiscales y económicas con las que no cuentan los establecimientos de toda la vida. Se da el caso incluso de que los establecimientos de hostelería existentes en Garbera (o en Urbil, o en Txingudi, que a fin de cuentas es lo mismo) no tienen ni siquiera la obligación de utilizar el engorroso sistema del "TicketBAI" para llevar a cabo su actividad eco-



nómica contando además con su propio convenio con lo que la contratación de personal se lleva a cabo pudiendo imponer al trabajador unas obligaciones y unas condiciones que en el caso de la hostelería y la restauración tradicional serían objeto de protestas e incluso de multas y sanciones.

En vista de esta situación que si sucediera en otro planeta o en otra cultura ajena a la nuestra sería calificada por la sociedad en general como algo absurdo por utilizar una expresión suave, mi opción personal ha sido la de no acudir a este tipo de conglomerados comerciales y hosteleros. De hecho, la última vez que acudí a Garbera fue, precisamente, como jurado de un campeonato de Tortilla de Patatas organizado por la Cadena SER en el que tome parte debido a un compromiso personal inclaudible. Fue suficiente para proclamar de manera particular y pública que no volvería a pisar ese tipo de estructuras.

Y es que en mi humilde opinión, un movimiento como el que se está creando alrededor de estos concursos y campeonatos debería no solo marcar tendencia en su ámbito de actuación (en este caso el de la Tortilla de Patatas), sino que debería ser coherente con el modelo de gastronomía tradicional y particular que representa y defenderlo a capa y espada. El 99% de los locales participantes en esta iniciativa pertenecen al modelo culinario y profesional actualmente en extinción, el de la hostelería familiar, local y especializada, que debe bregar con sus lánguidas fuerzas contra la imposición del modelo "ordenado" y "organizado", el que poco a poco nos va desplazando hasta hacernos desaparecer ante la falta de público y el cacareado "cambio de hábitos" que también está haciendo que el modelo hostelero "de toda la vida" se tambalee sin solución.

Por lo tanto, y siempre desde mi punto de vista, la actitud de los hosteleros participantes en este tipo de competiciones debería ser el plantarse hasta que la organización del campeonato consiga que la competición pueda realizarse en otro espacio público libre de la proliferación de rótulos y banderolas de establecimientos de comida basura e insana.

Abogo, por lo tanto, por que el movimiento de la Tortilla de

Patatas, la cacareada "revolución" de la misma, sea coherente con sus principios, tanto los expresos como los implícitos, y es que no se puede liderar un proceso que aboga por la calidad, la diferenciación, la artesanía y la elaboración de un producto gourmet en cuya génesis se pone en valor la utilización de productos de cercanía y de calidad, dejando luego que este movimiento sea fagocitado por una superficie comercial que hace uso del mismo para lavar su cara y su conciencia de cara a la galería.

Participar en un campeonato de tal importancia siguiéndole el juego al sistema uniformizador y avasallador que representan las grandes superficies es una contradicción que echa por tierra la pretendida exquisitez del movimiento a favor de una tortilla de patatas "gourmet". Es acudir a casa del enemigo e, incluso, darle ideas para que en el momento en que lo vea adecuado, impulse su propio modelo "pseudotradicional" convirtiéndose, gracias a los medios de comunicación mayoritarios que siempre le ríen las gracias, en el adalid de los principios de los que se ríe y en los que se cисca en su feroz interno. No está lejano el día en el que será presentado un "McTortilla" o un "Big Tortilla" que cogerá lo peor del movimiento de la tortilla tradicional y lo llevará a su terreno acompañado, además, de todas las bendiciones que proporcionan los certificados ambientales y las etiquetas de "bienestar animal" y "sostenibilidad".

Ah, y que nadie me califique de ingenuo. Soy plenamente consciente de que mi exposición tendrá poco más efecto que el de una pataleta o un clamor en el desierto, ya que por encima de estas decisiones aparentemente prácticas suele haber realmente intereses económicos o de otro tipo. Y es que ha llegado a mi conocimiento que, al parecer, el año que viene el despropósito se agudizará y, además de mantener previsiblemente la final del centro comercial, las semifinales provinciales dejarán de celebrarse en las profesionales y bien equipadas escuelas de hostelería provinciales para trasladarse a las centrales territoriales de Makro, que es a la distribución tradicional y cercana lo mismo que Garbera al pequeño comercio y a la hostelería de siempre. Una mala noticia que de confirmarse tocará de muerte la filosofía hasta ahora imperante en este movimiento.



**Zurrumuru**  
KIOSKO • 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



## EL PATO, EN SU VERSIÓN MÁS EXQUISITA

Delicado, intenso, versátil. Trabajamos el pato con mimo para ofrecerte una gama de productos que rinden homenaje al sabor:



- **FOIE FRESCO:** ideal para cocinar y disfrutar en su forma más pura.
- **MI-CUIT:** cremoso, elegante y lleno de matices.
- **CONFIT DE PATO:** cocinado lentamente, jugoso y tierno.
- **MAGRET:** carne noble, jugosa y con carácter.
- **MOLLEJAS DE PATO:** tiernas y sabrosas, un bocado gourmet.
- **JAMÓN DE PATO:** curado con esmero, intenso y refinado.

Una selección pensada para sorprender, conquistar y celebrar la buena mesa.



**COMERCIAL  
AURKI**

Productos del Pato • Alimentos selectos

Muntogorri bidea, 2 - 20014 SAN SEBASTIÁN - Tf: 943 33 25 77  
e-mail: [donostia@comercialaurki.com](mailto:donostia@comercialaurki.com) • [www.comercialaurki.com](http://www.comercialaurki.com)

# 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 92 52

Kikara ..... 943 88 62 34

Mandubiko Benta 943 88 26 73

Salbatoreh ..... 943 88 83 07

Urkiola..... 943 08 61 31

### GABIRIA

Korta ..... 943 88 71 86

### IDIAZABAL

Alai ..... 943 18 76 55

Pilarreneca ..... 943 18 78 66

### LEGORRETA

Bartzelona..... 943 80 62 06

### MUTILOA

Ostatu ..... 943 80 11 66

### OLABERRIA

Castillo ..... 943 88 19 58

Zezilionea..... 943 88 58 29

### ORDIZIA

Hotel Ordizia ... 843 73 97 97

Martinez..... 943 88 06 41

Olano ..... 943 80 54 70

Txindoki..... 943 28 23 80

### ORMAIZTEGI

Kuko..... 943 88 28 93

## SEGURA

Imaz..... 943 80 10 25

## ZALDIBIA

Laizkao 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

### ATAUN

Urbitarre ..... 943 18 01 19

### LEGORRETA

Begiristain..... 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

Igartza\* ..... 943 08 52 40

Salbatoreh\* ..... 943 88 83 07

### IDIAZABAL

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

### OLABERRIA

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

Zeziionea\*\* ..... 943 88 58 29

## ORDIZIA

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

## SEGURA

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

## PENTSIOAK

### MUTILOA

Mutiloc\* ..... 943 80 11 66

### ORMAIZTEGI

Itxune\*\* ..... 639 23 88 89

Petit Goierri\*\*.. 657 79 90 68

### ZEGAMA

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

## NEKAZALTURISMOAK

### ALTZAGA

Olagi ..... 943 88 77 26

### ATAUN

Aldarreta..... 943 18 03 66

### LAZKAO

Lizargarate .... 943 88 19 74

### 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

### LEGORRETA

Bartzelona..... 943 80 62 06

### MUTILOA

Lierningarako .. 669 77 71 60

## 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 Elkarte: ..... ordizian.com

## ZALDITEGIAK

### ITSASO

Ibur ..... 663 06 00 11

### ZALDIBIA

Alarpe..... 676 33 30 24

**GOIERRITURISMO.COM**



**EUSKADI**  
BASQUE COUNTRY



**HAIN**  
GIPUZKOA  
DONOSTIA



**Goitur**  
- GOIERRI TURISMO AGENCIA -



## IDIAZABAL LURRALDEA TERRITORIO IDIAZABAL



- Asteazkenetan Ordiziako azokara. Los miércoles al mercado de Ordizia.
- Gaztandegietara bisitak. Visitas a queserías.
- Txakolina, sagardoa eta Idiazabal gaziaren arteko maridajeak. Maridajes entre txakoli, sidra y queso Idiazabal.
- Talo tailerrak 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 mitología. 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 gaziaren ibilbidea. GR-283: ruta del queso Idiazabal.
- Euskal Herriko Trail Estazioa. Estación de Trail del País Vasco.
- Segura, Zegama, Lizarrusti eta Bide Berdeko orientazio jolasak. Circuitos de orientación en Segura, Zegama, Lizarrusti y Vía Verde.



## GOIERRIKO TURISMO BULEGOAK ETA INTERPRETAZIO ZENTROAK



943 16 18 23



- ATAUN** ▪ **Aralar Parke Naturaleko IZ.** Centro de Interpretación del Parque Natural de Aralar. 943 58 20 69. [www.ataunturismoa.eus](http://www.ataunturismoa.eus) | [www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/lizarrusti](http://www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/lizarrusti)
- **Barandiaran Museoa.** Museo Barandiaran. 943 18 03 35. [www.ataunturismoa.eus](http://www.ataunturismoa.eus) | [www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/lizarrusti](http://www.gipuzkoanatura.eus/eu/parketxeak/lizarrusti)
- **Erroipe IZ.** Centro de Interpretación Eroipe. 943 00 19 63.

**BEASAIN** Igartzako Monumentu Multzoa. Conjunto Monumental de Igartza. 943 08 77 98 / 605 77 18 81. [www.igartza.eus](http://www.igartza.eus)

**IDIAZABAL** Gaziaren Interpretazio Zentroa. Centro de Interpretación del Queso. 943 18 82 03. [www.idiazabalturismo.com](http://www.idiazabalturismo.com)

**ORDIZIA** Goierri eta Gastronomiaren IZ, d'Elkaitz. Centro de Interpretación del Goierri y de la Alimentación y Gastronomía, d'Elkaitz. 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 Naturalako IZ. Centro de Interpretación Parque Natural Aizkorri-Aratz. 943 80 21 87. [www.zegamaturismoa.eus/eu/parketxeak/anduetza](http://www.zegamaturismoa.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)

URGAIN JATETXEA (Deba)

# RELEVO EN EL TEMPLO

**Josema Azpeitia / fotografías: Ritzar Tolosa**

Uno de los mayores disgustos que tuvimos durante la pandemia fue el cierre del Restaurante Urgain de Deba por parte de Xabier Osa, quien lo abriera justo 40 años antes, en 1980, contando ya con una amplia trayectoria en el mundo de la hostelería y la restauración, y muy concretamente en el del pescado y el marisco. No en vano Xabier empezó a los 14 años su vida laboral en el Nautiko de Getaria y pasó también por el Talaipe de Zumaia para volver a Getaria para formar parte de la plantilla del Iribar, donde vivió una de sus más fructíferas etapas. "Menudos yates se movían entonces por Getaria", rememora Xabier.

**R**ecientemente, regresamos a Deba ya que hace aproximadamente un año, el Urgain ha sido reabierto por dos trabajadores de Xabier, Néstor y Edwin, que siguen los pasos de quien fuera su jefe. También es cierto que Xabier se ha volcado en ellos y les ha explicado todas las bases de su negocio para que puedan llevarlo adelante sin problema alguno.

Aprovechamos la visita, además, para hacer una sesión fotográfica a Xabier de cara a un libro que estamos elaborando para la Asociación Jakitea, libro en el que Xabier participará, como miembro ya jubilado de la asociación, con su receta de Kabrarroka en salsa de cuya vista podéis

disfrutar en la portada de este ejemplar de Ondojan.com. Así pues, Xabier se vistió de nuevo la chaquetilla, aunque fuera por unas horitas, y nos preparó el mencionado Kabrarroka con ese arte que da la veteranía.

Por supuesto, una vez que fuimos hasta Deba, no nos quisimos quedar sin probar la cocina de los actuales responsables del Restaurante Urgain, **Nestor Pañuni y Edwin Quispe Álvarez**, un tandem de cocina y sala en el que Xabier Osa tiene plena confianza, no en vano ya habían trabajado para él antes de lanzarse a la aventura de dirigir el emblemático restaurante, con lo que conocen sus entrañas y su filosofía a las mil maravillas.



1.- Rabas de calamar



2.- Antxoas fritas al ajillo





Nos lo demostraron con creces sirviéndonos unas saborosas y resultonas rabas, crujientes y bien fritas, absolutamente nada aceitosas, unas antxoas fresquísimas impecablemente fritas y uno de los más exquisitos revueltos de zizas que hemos comido durante esta temporada, elaborado con arte y paciencia, a baja temperatura. Todo ello acompañado de un buen Rioja Alavesa de Bodegas Campillo y rematado con una sabrosa tarta de queso que ya nos dejó a punto de reventar, ya que la cazuela de Kabarroka había sido sencillamente descomunal.

Así que nos fuimos de Urgain con la pena de no probar más opciones de la carta que han elaborado Néstor y Edwin, pero con la clara intención de volver en breve para seguir probando sus propuestas, que si siguen la misma línea de lo que degustamos en nuestra visita, dejarán claro lo que sospechábamos: que Xabier Osa se ha asegurado de dejar en muy buenas manos su prestigiosa casa de comidas. Sin duda, Urgain sigue siendo toda una referencia culinaria !!



3- Zizas de primavera



4.- Revuelto de zizas

# Kabrarroka en salsa

## Ingredientes (Para 2 personas) :

- Un kabrarroka de 1,200 Kg. aproximadamente.
- 2 patatas grandes
- 200 g. de guisantes; 2 dientes de ajo
- Un par de rodajitas de cayena
- Aceite de Oliva Virgen Extra
- Txakoli; Perejil picado; Sal

## Elaboración:

Cortamos las patatas en lonchas gruesas y hacerlas en la cazuela de barro con el aceite de oliva, el ajo picado en lonchas y las rodajas de cayena.

Cuando estén a punto de hacerse las patatas, retirar la cayena. Dejar las patatas "al dente".

Partir el Kabrarroka en pedazos grandes, pasarlo por la harina y depositarlo sobre las patatas, regándolo con un chorrito de aceite de oliva.

Añadir un poco de harina para engordar un poco más la salsa. Añadir un chorro de txakoli y el fumet.

Dejar que hierva, y cocinar el pescado unos 10 minutos por cada lado. Cocinarlo con fundamento. No es un plato que haya que hacer en 10 minutos. Necesita sus 20 buenos minutos de cocción.

## La receta de...

Xabier Osa

RESTAURANTE URGAIN  
(Deba)



Mientras se cocina el pescado, escaldar los guisantes y añadirlos a la salsa cuando falten 5 minutos para finalizarla. Añadir entonces también los guisantes.

Si tenemos tiempo y habilidad, mientras se termina de hacer el pescado, con la ayuda de unas tijeras, le quitaremos las espinas más grandes.

Una vez en su punto, dejar reposar 10 minutos y servir.



5- Kabrarroka en salsa



6- Tarta de queso



## JOSEMA AZPEITIA, "GUISANDERA DE ORO"

**Texto y fotografías: Imanol A. Salvador**

El periodista legazpiarra y coordinador de Ondoian.com Josema Azpeitia será nombrado "Guisandera de Oro" en el evento anual que celebra el Club de Guisanderas de Asturias, asociación creada en 1998 para defender la gastronomía tradicional asturiana conformado únicamente por mujeres.

**E**ste prestigioso club otorga cada año este galardón a una persona que se haya destacado por hacer bandera y defensa de los principios que defienden las guisanderas de Asturias, principalmente la cocina tradicional, los productos de calidad y de proximidad y la defensa, recuperación y mantenimiento de las recetas históricas del Principado de Asturias. El Club de Guisanderas, que tomó la decisión de premiar este año a Azpeitia considera que el periodista es un claro defensor de su filosofía, reflejada en los múltiples artículos que publica regularmente en sus redes, en su revista Ondoian.com y en la sección "Gastroleku" de este diario.

El Club de Guisanderas de Asturias se creó en 1998 integrado por 13 cocineras y a día de hoy está formado por más de 40 contando, además, con lista de espera para entrar en el mismo. Son unas cifras impresionantes, habida cuenta de que no es sencillo pertenecer al mismo. Como explican las propias

guisanderas en su página web oficial, "El primer requisito es ser propietaria de un restaurante, llevando más de 10 años al frente de sus fogones y elaborando cocina asturiana. Además, debe tener una madrina o padrino que de fe de su valía (puede ser otra Guisandera, un crítico gastronómico o alguien prestigioso en el mundo de la cocina). Por último y más importante, debe superar una criba en la que todas las Guisanderas son las juezas."

### **"Orgullo y satisfacción"**

Azpeitia confesó sentirse "honrado y muy orgulloso" por recibir este premio. "He recibido muchos galardones, pero éste me hace especial ilusión" declaró el periodista, "conozco la labor del Club de Guisanderas de Asturias desde hace varios años, coincido plenamente con su filosofía y siempre que he podido he acudido a sus restaurantes y a los actos de diver-



sa índole que organizan. He estado en su asamblea anual, he acudido a la presentación de uno de sus libros (han editado 3 hasta la fecha)... Incluso colaboré en la organización de un encuentro entre guisanderas vascas y asturianas que tuvo lugar hace dos años en el Restaurante Remigio de Tudela y que fue terriblemente enriquecedor" afirmó Azpeitia.

El coordinador de Ondojan.com comentó, igualmente, "que al igual que no es sencillo entrar en este selecto club, tampoco lo es el recibir este premio, que ha sido entregado a personas de mucho prestigio en el mundo gastronómico". Entre los galardonados y galardonadas hasta la fecha encontramos nombres como la escritora Magdalena Alperi, la cocinera Esther Manzano, primera asturiana en recibir una estrella Michelin, el director general de Comercio y Turismo del Gobierno de Asturias, Julio González Zapico, el gastrónomo Carlos Martínez Guardado, la presidenta de la Cofradía de la Buena Mesa de España, coordinadora gastronómica de la Guía Repsol y directiva de la Real Academia de Gastronomía Imelda Moreno de

Arteaga, el periodista Juan Ramón Lucas, el catedrático de bioquímica Miguel Pocoví, el suplemento gastronómico "Yantar" del diario El Comercio de Gijón, el director de la Radio Televisión del Principado de Asturias Antonio Virgili... y así un largo etcétera. "Creo que soy el primer periodista vasco que recibe este premio lo que me hace todavía más ilusión" apostilló el legazpiarra.

### Una guisandera más

Josema Azpeitia recibirá el galardón el próximo 4 de junio a lo largo de un multitudinario acto que tendrá lugar en el restaurante Los Pisos, perteneciente a la asociación y situado frente al estadio del Molinón, en Gijón. "Será un honor acudir a un lugar tan emblemático y prestigioso, disfrutar de su comida y recibir este galardón que me reafirma en mi labor, no solo periodística sino familiar, ya que además de escribir, cocino en mi casa todos los días y generalmente opto por la tradición y el producto de temporada. A partir de junio, por lo tanto, me sentiré, si cabe, más cocinero aún. Seré una guisandera más".



**En la página anterior:** Josema Azpeitia posa con la presidenta del Club de Guisanderas de Asturias, Amada Álvarez Pico (a su derecha) y con otras 7 guisanderas el día de la presentación, en febrero de 2023, del libro "25 años de Guisanderas de Asturias" en la Sidrería Yumay de Avilés.

**Arriba:** Reunión anual de las Guisanderas de Asturias en la localidad de Salas en marzo de 2024 (Foto: Josema Azpeitia)

**Izquierda:** Azpeitia junto a Beatriz Fernández y Noelia García Vallés, guisanderas del Restaurante Los Pisos donde tendrá lugar la entrega del galardón.



**Miguel Pocoví**

Catedrático de Bioquímica

**Los espárragos tienen una serie de características que los convierten en un alimento apto para perder peso: Son bajos en calorías, sólo 18-20 Kilocalorías cada 100 gramos**

# LOS ESPÁRRAGOS: JOYA NUTRICIONAL CON MUCHOS BENEFICIOS Y POCOS INCONVENIENTES

**L**os espárragos, son plantas con flores del género Asparagus (familia Asparagaceae), algunas se cultivan como plantas ornamentales y los floristas las usan en arreglos y ramaletas. La variedad comestible (*Asparagus officinalis*) utiliza sus brotes tiernos: los turiones o tallos, y es conocida como espárrago de huerta. La época de recogida es en primavera, pero si quieres conocer la mejor época de consumirlos haz caso al refrán: "Los espárragos de abril para mí, los de mayo para el amo, y los de junio para el burro".

Hay indicios de que los espárragos ya se cultivaban hace más de 2.500 años en la Antigua Grecia, y que los romanos también disfrutaban de ellos. Los espárragos son plantas perennes que vuelven a crecer año tras año. Por eso hay quien busca y encuentra espárragos silvestres en primavera. Esta popular verdura puede presentarse en varios colores: blancos, verdes, e incluso los hay morados, todos proceden de la misma planta, el color solo depende de su exposición a la luz solar. El espárrago blanco, carece del pigmento clorofila porque se cultiva totalmente bajo tierra, tienen un sabor suave, ligeramente amargo y un poco más dulce que los verdes porque sus tallos tienen algo más de azúcar. Al crecer la planta, si sale a la superficie, la exposición a la luz lo vuelve verde, adquiriendo un sabor herbáceo. Determinadas variedades (Purple Passion, Pacific Blue, y Erasmus), forman compuestos pigmentados denominados antocianinas, que les confiere un color púrpura.

## ¿Cuáles son las principales características nutricionales de los espárragos?

Los espárragos son una de las verduras más interesantes desde el punto de vista nutricional. Tienen pocas calorías, un alto contenido en agua, no contienen grasas ni colesterol, son bajos en sodio y altos en potasio, y están repletos de nutrientes indispensables para el hombre, tales como vitaminas C y E, folatos, lignanos y flavonoides. Se dice que los espárragos ayudan con todo, hasta con los dolores de muelas. En China y Corea se han hecho populares por sus propiedades diuréticas.

Cabe destacar entre sus propiedades nutricionales, el

ser una fuente importante de un prebiótico llamado inulina (no confundir con la insulina). La inulina es un carbohidrato formado por una cadena de moléculas de fructosa. Al no disponer los humanos de ninguna enzima intestinal capaz de romper la inulina en trozos más pequeños, no se absorbe en el intestino delgado por lo que pasa al grueso y constituye una fibra soluble que ayuda a mantener el tracto intestinal, aparte de estimular la flora intestinal beneficiosa. Al ser la inulina una cadena de fructosa algunas de las moléculas se liberan. La fructosa tiene un poder edulcorante 1,7 veces superior al del azúcar de mesa o sacarosa, por lo que la inulina contribuye, en parte, a la percepción de dulzor de los espárragos y también de otros vegetales con un alto contenido de inulina como es el caso de las alcachofas.

Las propiedades de la inulina van más allá, recientemente, un grupo de investigadoras del Instituto de Agroquímica y Tecnología de Alimentos, un centro del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC), han demostrado que la inulina ayuda a aliviar los efectos de la esteatohepatitis no alcohólica (EHNA) en ratones, una enfermedad que puede derivar en la cirrosis hepática. La EHNA es una enfermedad caracterizada por inflamación y esteatosis (acumulación de grasa) en el hígado, que suelen padecer personas obesas o diabéticas. Según estas investigadoras, la fermentación de la inulina por acción de las bacterias intestinales forma un compuesto, el ácido pentadecanoíco, que ayuda a reducir la esteatosis hepática y la inflamación.

## Razones por las cuales debemos consumir espárragos

### 1.- Nos pueden ser de gran ayuda para perder peso.

Los espárragos tienen una serie de características que los convierten en un alimento apto para perder peso: Son bajos en calorías, sólo 18-20 Kilocalorías cada 100 gramos, lo que significa que podemos comer muchos espárragos sin apenas aportar calorías, además contienen mucha agua un 94%. El consumo de alimentos bajos en calorías y ricos en agua es fundamental para perder peso. Los espárragos también son ricos en fibra, que está recomendada para la pérdida de peso.

### 2- Nos ayudan a mejorar la salud digestiva.

La fibra dietética es esencial para una buena salud digestiva. Cien gramos de espárragos contienen alrededor



de 2 gramos de fibra, por lo que una ración nos aporta aproximadamente el 10% de tus necesidades diarias de fibra. Los espárragos son particularmente ricos en fibra insoluble, que agrega volumen a las heces y favorece las deposiciones regulares. También contiene una pequeña cantidad de fibra soluble, que al disolverse en agua forma una sustancia gelatinosa en el tracto digestivo. La fibra soluble alimenta las bacterias beneficiosas del intestino (lactobacillus y bifidobacterias). Estas bacterias fortalecen el sistema inmunológico y producen nutrientes esenciales. Comer espárragos, como parte de una dieta rica en fibra, es una excelente manera de mantener la regularidad y la salud digestiva.

### **3.- Ayudan a reducir la presión arterial.**

El aumentar la ingesta de potasio y al mismo tiempo reducir la ingesta de sal (sodio) es una forma eficaz de reducir la presión arterial alta. El potasio reduce la presión arterial de dos maneras: relajando las paredes de los vasos sanguíneos y excretando el exceso de sal a través de la orina. Los espárragos son una buena fuente de potasio (200 miligramos de potasio por cada 100 gramos), pero baja de sodio (4 miligramos por cada 100 gramos). En cualquier caso, comer verduras ricas en potasio, como los espárragos, es una excelente manera de ayudar a mantener la presión arterial en un rango saludable.

### **4.- Son una buena fuente de antioxidantes.**

Los espárragos, en especial los verdes, son una buena fuente de antioxidantes, incluidas las vitaminas C y E,

flavonoides y polifenoles. Los verdes contienen beta-carotenos (una provitamina A) y luteína otro antioxidante. Los antioxidantes son compuestos que ayudan a proteger las células de los efectos nocivos de los radicales libres y el estrés oxidativo. El estrés oxidativo contribuye al envejecimiento, la inflamación crónica y otras muchas enfermedades, incluido el cáncer. Cabe señalar que el tratamiento de someterlos al proceso de cocción, o preparación de conservas conlleva una pérdida vitamínica.

### **5.- Son una buena fuente de folato y recomendables para mujeres durante el embarazo.**

El folato (o vitamina B9) es un nutriente esencial importante para formar glóbulos rojos y permitir un crecimiento y desarrollo saludables. Los espárragos contiene una importante cantidad de folato (135 microgramos por cada 100 gramos de espárragos). Esta vitamina es especialmente necesaria durante las primeras etapas del embarazo para prevenir deformaciones en la placenta que supondrían abortar y para asegurar el desarrollo adecuado del feto. Obtener suficiente folato protege contra defectos del tubo neural, que provocan una variedad de complicaciones, que van desde dificultades de aprendizaje hasta discapacidades físicas. Los obstetras recomiendan suplementos de folato para garantizar que el embarazo transcurra con normalidad. La dosis diaria de folato recomendada para un adulto es de 400 microgramos y de 600 microgramos durante el embarazo. Por lo tanto, una ración de espárragos supone el 28% de las necesidades diarias de folato durante el embarazo y el 43% de las de un adulto.

## 6.- Contienen muchos nutrientes pero pocas calorías.

Como hemos señalado, los espárragos son bajos en calorías pero cuentan con un perfil de nutrientes impresionante, son una excelente fuente de vitaminas y minerales esenciales, especialmente folato y vitaminas A, C y K. Una sola ración proporciona cerca del 60% de las recomendaciones diarias de vitamina K, vitamina esencial para la coagulación de la sangre y la salud ósea. También poseen pequeñas cantidades de otros micronutrientes, como hierro, zinc y riboflavina.

## 7.- Son fáciles de incorporar a nuestra dieta.

Además de nutritivos, los espárragos son deliciosos y fáciles de incorporar a nuestra dieta. Los podemos cocinar y consumir de diversas formas: hervidos, fritos, asados, al vapor, o salteados. También se pueden comprar espárragos en conserva, que están precocinados y listos para comer. Además, son muy asequibles, con un amplio rango de precios según calidad y se encuentran disponibles en la mayoría de las tiendas de comestibles.

## Efectos secundarios de comer espárragos

Aunque son un alimento magnífico, también su consumo tiene sus pequeños inconvenientes como es el aumento de ventosidades, provocar micciones frecuentes y que la orina temporalmente tiene un olor especial.

Comentábamos anteriormente, que la inulina que al ser un carbohidrato que los humanos no podemos digerir en el intestino delgado, por lo que tiene el "pequeño" inconveniente que es que al pasar al intestino grueso, constituye un excelente sustrato para las bacterias intestinales que se encuentran en ese lugar y lo transforman en gases (anhídrido carbónico, metano e hidrógeno), y de ahí proceden las ventosidades que nos echamos tras en consumo de espárragos. Si no queremos que se produzca este desagradable inconveniente, especialmente para los que nos rodean, debemos consumidos en pequeñas cantidades al principio, hasta que nuestras bacterias intestinales se adapten.

La elevada relación de potasio/sodio que tienen los espárragos contribuye a la producción de orina. Otros compuestos capaces de estimular la función renal también se encuentran presentes en los espárragos. En consecuencia, los espárragos tienen acción diurética, que por una parte es un inconveniente por la frecuencia de tener que acudir al inodoro, pero por otra es beneficiosa para nuestros riñones y ayuda a moderar la tensión arterial.

Los espárragos contienen un compuesto exclusivo de este vegetal, el ácido esparagúsico, nuestro organismo lo descompone formando toda una serie de compuestos (metanotiol, sulfuro de dimetilo, disulfuro de dimetilo,..), que producen un olor potente y algo desagradable. Esta descomposición es bastante rápida por lo que el olor se suele detectar en la orina entre 15 y 30 minutos tras la ingesta de espárragos. Sin embargo, el efecto de los espárragos sobre el olor de la orina no es universal, algunas personas no lo notan aunque se atiborren de comer espárragos. Esto se debe a que determinadas personas tengan una mutación en los genes que producen los receptores olfativos que detectan estos compuestos, que hace que no sean malolientes. Cualquiera que sea el grupo al que pertenezcas, no hay nada de qué preocuparse aparte de la pequeña molestia del ese olor temporal de la orina, que desaparece al cabo de 5-10 horas de comer espárragos.

## Espárragos españoles en conserva.

Los espárragos de Navarra gozan de un gran prestigio y poseen una indicación geográfica protegida (IGP), el Espárrago de Navarra, que también incluye el valle medio del río Ebro de La Rioja y Aragón, pero también hay excelentes espárragos en Andalucía e incluso Galicia, lugares donde hay buenas empresas conserveras. Sin embargo, las hay que mantienen el domicilio fiscal y postal en Navarra o zonas de prestigio hortícola españolas, pero comercializan sus conservas con espárragos de Perú o de China, que son mucho más baratos, por lo

que si deseas un artículo de buena calidad y proximidad, conviene revisar la etiqueta y buscarlos en pequeñas tiendas de barrio, colmados o ultramarinos. Es casi una misión imposible que encuentres espárragos blancos españoles en una de las grandes cadenas comerciales.

## Mitos sobre los espárragos: ácido úrico y cáncer.

Hace apenas diez años se recomendaba evitar los espárragos si se padecía gota. Cuando nuestro organismo descompone unos compuestos denominados purinas los transforma en ácido úrico, pero si éste se acumula en exceso (hiperuricemia) se forman cristales de urato en las articulaciones provocando una respuesta inflamatoria aguda, que denominamos gota. Las purinas las produce nuestro cuerpo o las ingresamos a través de los alimentos que consumimos, por lo que se recomienda seguir una dieta



baja en purinas para disminuir los niveles de ácido úrico en personas que tengan la predisposición de producirlo en exceso. Los espárragos son ricos en purinas, pero diversos estudios señalan que los efectos de las purinas presentes en los espárragos y otras verduras no son comparables a las purinas animales. Los espárragos tienen un alto contenido de fibra y otros ingredientes que ayudan al cuerpo a excretar el exceso de ácido úrico, por tanto, el consumo de espárragos verdes y blancos sólo aumentan ligeramente el ácido úrico y pero no el riesgo de gota. Cabe señalar que las directrices para el tratamiento de la hiperuricemia en Estados Unidos y Europa señalan que la ingesta de alimentos de origen animal debe restringirse, pero no la de verduras y frutas ricas en purinas.

Los espárragos y el riesgo de cáncer han sido y sigue siendo objeto de mucha polémica tanto en prensa como en Internet. El mayor revuelo lo causó de un estudio publicado en 2018, ya que sus hallazgos asociaron niveles altos de asparagina con la capacidad de diseminación (metástasis) de los tumores de cáncer de mama. La asparagina es un aminoácido no esencial, lo que quiere decir que nosotros lo podemos fabricar, su nombre procede del espárrago, porque fue el primer aminoácido aislado que se obtuvo a partir su jugo, en el que abunda. Estos mismos investigadores descubrieron que si las células del cáncer de mama producían mucha asparagina, era más probable que el tumor

se propagara y si no la producían se reducía el riesgo de metástasis. Lo cual apunta que son las células cancerosas se diferencian en su propagación según produzcan ellas mismas mucha o poca asparagina, por lo que la que aporte la dieta es más discutible. Además, es importante tener en cuenta que los espárragos aparte de contener asparagina, integran otros compuestos muy interesantes que potencialmente pueden ralentizar el crecimiento tumoral, como son los antioxidantes comentados y las saponinas, unos fitoquímicos que también se encuentra en otras verduras. Se sabe que las saponinas protegen el sistema inmunológico de maneras que pueden ayudar nuestro organismo a defenderse frente al cáncer. Los espárragos son la principal fuente dietética de este compuesto. Desde el cáncer de mama hasta el cáncer de colon, los resultados parecen indicar que comer espárragos puede ser útil para combatir el cáncer. Sin embargo, debido a que muchos de estos compuestos no son exclusivos de los espárragos, el beneficio no se limita solo a los espárragos y puede encontrarse en otros vegetales. Todos los resultados señalan que comer alimentos vegetales resulta beneficioso para combatir el cáncer

En conclusión, no hay ningún efecto que pongan en peligro la vida por comer espárragos, sino todo lo contrario, solo para algunos pueden resultar incomodos, como son las ventosidades y el olor notable en la orina.



Xabier Gutiérrez

Cocinero y escritor

Como siempre en mis novelas manejo los personajes y destripo sus miserias y bondades hasta exprimirlos. Tanto en nazis como en personas de la resistencia. Todos sucumben a situaciones límites.

como contrapunto de este mar tan bruto y bello que tenemos tan cerquita.

La novela es una pequeña reflexión sobre la infancia y la educación de los padres sobre los hijos. Ahí es nada. Desconozco si lo he conseguido. Que he disfrutado haciéndolo es un hecho.

Como siempre en mis novelas manejo los personajes y destripo sus miserias y bondades hasta exprimirlos. Tanto en nazis como en personas de la resistencia. En científicos, doctores y en gente de la montaña. Todos sucumben a situaciones límites de maldad y bondad. Todos.

Una historia de amor en una buena novela no puede faltar. Y en el relato hay dos muy fuertes. De ambas estoy especialmente orgulloso. Cuando corrijo los capítulos dedicados a sus avatares se me ponen los pelos de punta. Soy un sensible, lo reconozco.

Hay dos líneas narrativas bien definidas. Por un lado, la que transcurre en Canfranc durante el gran invierno de 1943 en plena época nazi. Aquí el eje del relato, como lugar emblemático, es la **estación ferroviaria de Canfranc**. Todos los personajes basculan en torno a ella. Los niños se vuelven protagonistas según avanza el relato.

En el otro extremo, está la línea que transcurre ochenta años después, en 2023. Aquí nos enfrentamos a un asesinato que parece perpetrado durante la ejecución de un ritual clandestino. En esta fecha la clave está en otro edificio muy distinto donde la belleza está en su interior. El monte Tobazo lo protege bajo más de ochocientos metros de profundidad. El muy poco conocido **Laboratorio Subterráneo de Canfranc**. Lugar de gran importancia a nivel mundial en la investigación de la materia oscura.

## EL JUEGO DE LA MUERTE - CANFRANC SECRETO

**H**oy Mr Azeitia me ha permitido-sugerido hablar de mi último libro. Y como admirador de Mr Umbral que soy, voy a hacerle caso a ambos.

Empezaré diciendo que ha costado un montón escribirla. Hablar del pasado no es baladí, aunque sea relativamente cercano. Un esfuerzo añadido a la compleja trama que sucede a lo largo del relato y ocupa justo la mitad de las páginas impresas.

Vuelvo, por última vez a los majestuosos valles y montañas de los Pirineos. Lugares añorados por muchos de los de aquí. Tal vez

como contrapunto de este mar tan bruto y bello que tenemos tan cerquita.

La novela es una pequeña reflexión sobre la infancia y la educación de los padres sobre los hijos. Ahí es nada. Desconozco si lo he conseguido. Que he disfrutado haciéndolo es un hecho.

Como siempre en mis novelas manejo los personajes y destripo sus miserias y bondades hasta exprimirlos. Tanto en nazis como en personas de la resistencia. En científicos, doctores y en gente de la montaña. Todos sucumben a situaciones límites de maldad y bondad. Todos.

Una historia de amor en una buena novela no puede faltar. Y en el relato hay dos muy fuertes. De ambas estoy especialmente orgulloso. Cuando corrijo los capítulos dedicados a sus avatares se me ponen los pelos de punta. Soy un sensible, lo reconozco.

Hay dos líneas narrativas bien definidas. Por un lado, la que transcurre en Canfranc durante el gran invierno de 1943 en plena época nazi. Aquí el eje del relato, como lugar emblemático, es la **estación ferroviaria de Canfranc**. Todos los personajes basculan en torno a ella. Los niños se vuelven protagonistas según avanza el relato.

En el otro extremo, está la línea que transcurre ochenta años después, en 2023. Aquí nos enfrentamos a un asesinato que parece perpetrado durante la ejecución de un ritual clandestino. En esta fecha la clave está en otro edificio muy distinto donde la belleza está en su interior. El monte Tobazo lo protege bajo más de ochocientos metros de profundidad. El muy poco conocido **Laboratorio Subterráneo de Canfranc**. Lugar de gran importancia a nivel mundial en la investigación de la materia oscura.

Ambos son lugares, junto con el nuevo **Hotel de Canfranc Barceló**, renovado con encanto increíble sobre el propio edificio de la estación de Canfranc, se reparten el protagonismo sobre el mismo valle del Aragón.

¿Cómo se llega de una a otra? Muy sencillo y a la vez complejo. A través de un potentísimo ordenador y de científicos y doctores de primera línea que están desarrollando una realidad virtual, la de 1943. Todo lo que vemos lo está generando una computadora. Una Inteligencia Artificial de tales dimensiones que creaceros y unos nunca vistos.

¿Esa realidad es ficticia? Tal vez. ¿Esa realidad lleva los mismos parámetros temporales que la nuestra? Tal vez. ¿Esa realidad trabaja con los mismos datos espacio temporales que los nuestros? Tal vez. Solo existe esa realidad? Tal vez.

Durante el relato antiguo podremos observar cosas inauditas. Ver como transcurría la vida de nuestros abuelos, cuáles fueron sus miedos, sus secretos, los amigos, los amantes que no confesaron a nadie, sus artimañas para sobrevivir en momentos muy difíciles, su manera de enfrentarse al mundo y a la época que les tocó. Cuantos interrogantes nos podrían aclarar. Los padres de tus padres, de tus padres...

### A mí me parece fascinante.

Esa vida que el ordenador enseña transcurre en otra dimensión y a veces la enseña al lector y en otras ocasiones avanza sola. No se solapan porque son paralelas y no tienen un código narrativo. Solo el que intento yo darle desde el ritmo de lectura para que sea comprensible.

La clave son las letras y los nombres de los protagonistas que sutilmente están situados a lo largo del relato.

Yo no conocí a mis abuelos paternos, solo a los maternos, pero sin llegar a una edad en la que pudieras preguntarles cosas interesantes que no fuera cómprame caramelos. La idea de crear una novela así me perseguía desde hace muchos años. Casi con toda seguridad desde que soy abuelo.

El relato tiene flashbacks importantes desde la realidad de 2023 para enclavar bien a los protagonistas en ese lugar mágico de la **Cueva de la Güixas en Villanúa**, a apenas cinco kilómetros de Canfranc, con una claraboya por donde caen ilusiones y recuerdos. También el tiempo transcurre por la oquedad. Niños de fondo que en todo momento se van entrecruzando para enseñarnos una realidad real y virtual al mismo tiempo.

En todo momento estoy creando realidades paralelas.

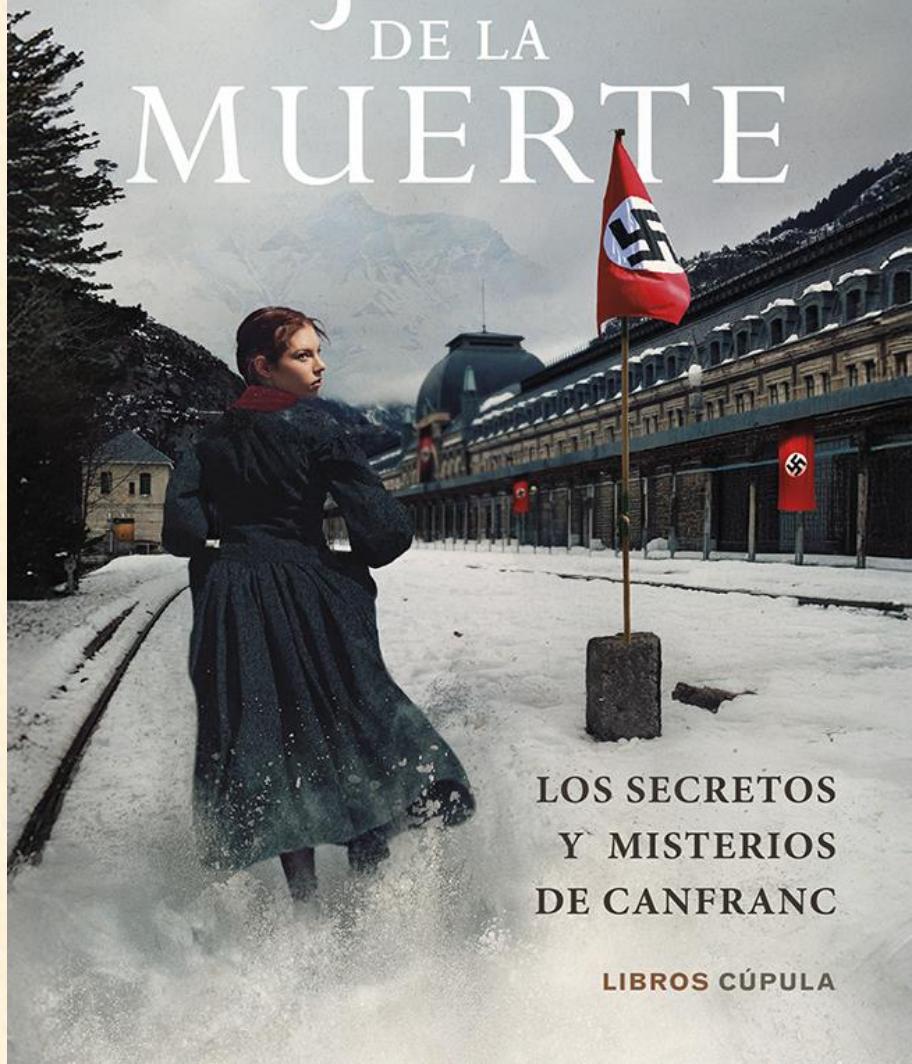
Toda la historia está unida a través de dos aromas. El del romero y el del laurel. Los olores se funden en el relato.

**Señores lectores, dejen volar su imaginación en una novela que convierte un mundo en otro.**

**Todo puede ocurrir.**

XABIER GUTIÉRREZ

# EL JUEGO DE LA MUERTE



LOS SECRETOS  
Y MISTERIOS  
DE CANFRANC

LIBROS CÚPULA



Aitor Buendía

[www.blogseitb.com/larutaslow](http://www.blogseitb.com/larutaslow)

La transhumancia fue declarada Manifestación Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial en 2017 y constituye en la actualidad un patrimonio vivo.

Recientemente, Ordizia arrancaba la serie de Ferias Extraordinarias con el tradicional "Artzain Eguna" en esta preciosa comarca del Goierri. El arranque, como es habitual, fue con el tradicional paso de las ovejas por el casco urbano. Y justo al mismo tiempo, a casi 1.000 kilómetros de distancia, otra no menos extraordinaria zona de España acogía su I Feria de la Trashumancia: La Alpujarra Granadina y, en concreto, Órgiva. Cada zona tiene su importancia por cuanto se trata de subrayar el gran papel de nuestras pastoras y pastores con el Queso Idiazabal que se elabora a partir de la leche de nuestra oveja latxa o la no menos importancia de mantener en el tiempo una trashumancia que lleva a otro tipo de ovejas de la costa granadina hasta los pies de Sierra Nevada.

En nuestra espacio de "La Ruta Slow", tuvimos oportunidad para hablar al respecto con **Lorena García Faciabén (GOinsitu)**, y también con el joven pastor, **Jorge Gallegos González**, que protagonizó esta tradición con más de 1.000 ovejas llevándolas desde Almuñécar hasta los pies de Sierra Nevada. Ah! Y de paso, Lorena nos habló del I Trekking Trashumante que organizó en la misma zona. El encuentro nos permitió conocer cómo funciona la **Escuela de Pastoras y Pastores de Andalucía (IFAPA)**, dependiente de la Junta de Andalucía, con su coordinador, **Francisco de Asís**. Y al mismo tiempo, quisimos contrastar también la opinión de un pastor ("Kerixara"), y presidente de la DO Queso Idiazabal, **Félix Ajuria Otxandiano**.

Jorge Gallegos González es la tercera generación de la familia que se pone al frente del traslado de su gran rebaño de ovejas desde la Alpujarra a la Costa granadina. 1.500 cabezas de ganado que, en una semana, se desplazan desde Capileira a La Herradura, en un recorrido por etapas. Y ahora justo, coincidiendo con la llegada de la primavera, el sentido es inverso.

## DEL ARTZAIN EGUNA DE ORDIZIA A LA FIESTA DE LA TRASHUMANCIA DE ÓRGIVA

Recientemente, Ordizia arrancaba la serie de Ferias Extraordinarias con el tradicional "Artzain Eguna" en esta preciosa comarca del Goierri. El arranque, como es habitual, fue con el tradicional paso de las ovejas por el casco urbano. Y justo al mismo tiempo, a casi 1.000 kilómetros de distancia, otra no menos extraordinaria zona de España acogía su I Feria de la Trashumancia: La Alpujarra Granadina y, en concreto, Órgiva. Cada zona tiene su importancia por cuanto se trata de subrayar el gran papel de nuestras pastoras y pastores con el Queso Idiazabal que se elabora a partir de la leche de nuestra oveja latxa o la no menos importancia de mantener en el tiempo una trashumancia que lleva a otro tipo de ovejas de la costa granadina hasta los pies de Sierra Nevada.



De ahí esta primera fiesta que queríamos compartir en primera instancia en nuestro programa de "La Ruta Slow".

El **Jardín Botánico 'Al Km 0'** y la empresa GOinsitu fueron coorganizadores de la I Fiesta de la Transhumancia en colaboración con el **Parque Nacional de Sierra Nevada, la Asociación de los Pastores y Pastoras del Monte Mediterráneo, el Ayuntamiento de Órgiva y el IES Alpujarra**. Todos ellos con el objetivo de seguir manteniendo viva la trashumancia, que ha sido tradicionalmente un mecanismo de intercambios culturales entre los diferentes territorios de la Península, una actividad que poco a poco está desapareciendo a pesar de los esfuerzos del pastoreo en seguir continuando con el relevo generacional, transmitida de generación en generación.

La transhumancia fue declarada Manifestación Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial en 2017 y constituye en la actualidad un patrimonio vivo, pese a la gran reducción de la cabña ganadera trashumante y de los cambios en esta actividad.

[Escuchar aquí el reportaje emitido en "La Ruta Slow"](#)

con  
Aitor Buendía

# LA RUTA SLOW

radio euskadi  
Domingos y festivos 13 h.

radio vitoria  
Sábados, 16 h.



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



## SAGARDO BEREZIAK / Sidras especiales



## PLATER DESBERDINAK / Platos diferentes



## URBITARTE SAGARDOTEGIA

Ergoiena auzoa, z/g - ATAUN

Tf: 943 18 01 19

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





Carol Archeli

www.pescaderiaespe.com

**TIEMPO DE VERDELES**

**M**e puedo imaginar un gran banco de verdeles viajando por las aguas del Atlántico Noroeste, dirección al Golfo de Bizkaia. Muchos, rápidos, inexorablemente unidos por ese instinto milenario que les hace nadar sin parar hacia un destino único: su reproducción.

¡Qué maravilla de animales! ¡Qué preciosidad! No cabe duda, el día de su creación la Madre Naturaleza estaba inspirada.

Las aguas que surcan son frías, por eso están bien protegidos con la abundante grasa que les caracteriza. Nadan libres, nadie los puede domar. Así, cuando llegan a nuestro plato podemos estar bien tranquil@s de que han vivido en plena libertad y que tan sólo hemos alterado su rutina al capturarlos en nuestras redes.

Reflexionemos: de todos los alimentos que consume el ser humano, vegetales o animales; ¿cuántos han nacido y vivido naturalmente, sin la intervención humana hasta el breve instante de ser sacrificados para su consumo? Ahí lo dejó.

El verdele o caballa pertenece a la amplia familia de los escombridos, pescados muy comunes en todos los océanos del planeta.

La cocina vasca no ha sido a lo largo de su historia muy benévolas con nuestro protagonista. Lo ha tratado con cierto desdén, relegando su uso en muchas ocasiones, al triste final de convertirlo en harina para alimento de otras especies, debido seguramente a la gran abundancia de verdeles en nuestras aguas.

Pero desde que la ciencia ha descubierto el altísimo contenido en omega 3 en su organismo, y siendo conscientes de la gran importancia de este ácido graso en la prevención de graves enfermedades, las cosas han empezado a cambiar. Parece que llevamos unos años poniendo al pequeño escombrido en el lugar que se merece: "pescado sanísimo", "producto de proximidad", "kilómetro 0", "capturado con artes y métodos de pesca sostenibles y respetuosos con el medio marino" ... ¡Aleluia!

Se me ocurren tantas maneras de cocinar el verdele que me cuesta elegir una de ellas. Pero lo tengo claro, voy a empezar por algo fácil.

Sé que a much@s os asusta algo del verdele: sus espinas, por eso sois reacios a consumirlo. Pues ¡no preocuparse!, Las espinas se quitan muy fácil. Así que vamos a cocinar verdele sin espinas para empezar, y luego, ya veremos.

En nuestra página web: [www.pescaderiaespe.com](http://www.pescaderiaespe.com) (el mos-trador), encontraréis más información acerca del verdele y también un video de recetas con sugerencias para su preparación. ¡Son muy fáciles, animaos!



## VERDEL MARINADO

Tiempo aproximado: Preparación 30m.; Marinado: 2h.; Congelación: 72h. (Comensales: 4)

### INGREDIENTES:

1'5 Kg de verdele (en bruto) preparado en lomos tamaño medio y sin ninguna espina; 1 vaso grande de vinagre, de manzana o de vino; ¼ vaso grande de agua; 1 cuchara sopera colmada de sal; Aceite de oliva virgen extra; Ajo finamente picado

### ELABORACIÓN:

Prepara los verdeles. Si los has traído ya en lomos de la pescadería tendrás que asegurarte de quitarles todas las espinas. Esto lo harás muy fácil con una pinza. Una vez libres de espinas, sobre una tabla, los troceas de tamaño más o menos de bocado y los reservas.

Mezclas enérgicamente el vinagre con el agua y con la sal hasta que ésta se ha diluido del todo. Y en esa mezcla sumerges los trozos de verdele durante 2 horas. Asegúrandote que todos los trozos están en contacto con la salmuera y no pegados entre ellos. Verás que empiezan a ponerse blancos enseguida. Pasado ese tiempo los aclaras un poco por agua para retirarles el exceso de vinagre y los introduces en el aceite junto con los ajos y el perejil finamente picados. Has de comprobar que todos los trozos están en contacto con el aliño.

Congela el conjunto durante 72 horas (si lo quieres dejar más tiempo no pasa nada).

Después lo dejas descongelar en el frigorífico respetando la cadena del frío. ¡Y a comer!... On egin!

# Aimarez

Vinos y bodegas propias  
en Labastida  
(Rioja Alavesa)



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

**YA DISPONIBLE LA  
AÑADA 2024 !!!!**

**NO TE LA PIERDAS !!**



MACERACIÓN  
CARBÓNICA



EDICIÓN  
LIMITADA



BLANCO VIURA

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



## Recetas pensadas para niñas y niños con inquietudes culinarias

### AROS DE CEBOLLA CASEROS

#### INGREDIENTES (Para 4 raciones):

1 Cebolla hermosa, cortada en aros de 1 cm, aprox.  
1 vaso de harina de trigo; 1 huevo  
Especias al gusto (pimienta, orégano, pimentón, ajo...)  
1 agua con gas o 1 cerveza para la Orly; Sal c/s  
Panko o Pan rallado. c/s (cantidad suficiente)

#### Para la salsa de Mostaza y queso:

4 cucharadas de mahonesa; 2 cucharadas de queso para untar; 1 cucharada de mostaza



#### ELABORACIÓN:

1. Preparar la Orly mezclando la harina con las especias.
2. Incorporar el huevo y mezclar con una varilla.
3. Ir añadiendo el agua con gas, hasta conseguir una orly espesa, pero no muy líquida.
4. Añadir los aros de cebolla que habremos soltado y los embadurnaremos bien.
5. En otra bandeja, pondremos el Panko o el pan rallado e iremos empanando los aros, 1 a 1, presionando bien para que queden bien empanados.
6. Para cocinarlos, podemos freírlos en una freidora o sartén con aceite, o en una Airfryer, o simplemente al horno durante 20 ,minutos a 180 °C.
7. Para acompañar, mezclar todos los ingredientes de la salsa, y Listo.....



Esta receta la elaboraron: **Imanol y Lier**.

(Recetas elaboradas en los fogones de la **Sociedad Guerea** de Altza (Donostia), que colabora desinteresadamente en esta iniciativa).

**Txemari Esteban**

Asador Botarri  
Oria 2. TOLOSA



**Bar ZARRAIZ** 943 265547  
El único BAR de la calle Prim  
PINTXOS - RACIONES - CAZUELETAS  
Prim 4 - DONOSTIA





Alberto Benedicto  
www.aquavitacocktails.com

## ¿STREET DRINKS... O STREET "ABUSOS"?

**F**estivales, eventos urbanos... en todos hay un denominador común: una barra de bebidas. ¿Pero, por qué si las Foodtrucks se esmeran por ofrecer una comida cuidada, artesana y desenfadada, no lo hacen así estas barras?

Sabéis que me dedico al mundo de la coctelería, que hacemos eventos multitudinarios, así como eventos particulares y exclusivos... ¿Por qué en los grandes festivales no cuidan las bebidas? La respuesta es simple: porque la gente no tiene otro sitio donde ir a beber, a refrescarse o saciarse... y es una pena que con las facilidades de hoy en día, un festival en el que exigen Food Truck gastronómicas de todo tipo de comidas te vendan bebidas a un precio desorbitado, además de en "recipientes" que poco ayudan a la bebida y encima sin ningún esmero... ¿Hasta dónde vamos a permitir esto?

Hace poco, una empresa organizadora de eventos de Street Food, que me molaba como concepto, ya que aunaba gastronomía variada, artesanía local y actividades familiares, ofrecía, sin embargo, cuando ibas a la barra, una oferta mínima: un ron, un vodka, un gin, un whisky... y solo refrescos. No hablamos de zumos o de otras bebidas.

Pues bien, hablé con ellos y les conté que nosotros desde WAAM Drinks creábamos diversos cocteles personalizados para cada evento y establecimiento. Mi sorpresa fue cuando me pidieron que les creara un mojito, y así lo hice, pero cuando les dije que tenían que completarlo con agua con gas, tres rodajas de lima (que se las podíamos vender ya cortadas) y unas hojas de menta, su respuesta fue que era mucho esfuerzo y que no tenían espacio.

Así se dio el caso de que en ese mismo lugar, al llevar nosotros una Food Truck en la cual el subtítulo es "Food & Cocktails", y no permitirnos la organización vender bebidas, los clientes nos preguntaban por los cócteles y, lamentablemente, los teníamos que derivar a una barra en la cual las bebidas eran básicas.

¿Hasta qué punto estamos dispuestos a beber en el básico o mal elaborado? ¿Comerías una merluza cruda o muy



pasada? ¿Comerías una chuleta cocida? ¿Degustarías unos langostinos cocidos hace un mes?

¿Entonces por qué no cuidas lo que bebes?

Mi receta de hoy es.... Un mojito muy muy "Street Food"...

### MOJITO "STREET FOOD"

#### INGREDIENTES:

5cl ron 3 Star; 2,5cl zumo de lima; 2,5cl sirope de mojito Monin; 10 cl agua con gas; 2 hielos cubo; 1 pala hielo pilé 3 rodajas de lima; 8 hojas de menta y el ramillete superior

#### Y AHORA, A DESMENTIR BULOS:

El mojito se hace con ron blanco, el cual es ron añejado como mínimo 1 año en barrica, ya que si no, no se podría denominar ron. Ojo, eso según Europa, pues en países fabricantes de ron, es posible que la exigencia sea mayor.

Otro punto a tener en cuenta es el tipo de azúcar. Éste debe ser blanco. Por ello, cuando vas a hacer mucho mojito, nosotros usamos sirope de azúcar, pero debe de ser de azúcar blanco, no de azúcar moreno que no deja de ser azúcar blanco teñido. Y por ultimo, se usa agua con gas o soda, y no refrescos de lima o limón que añaden azúcar y sabores no deseados a nuestro mojito.

WAAM  
cocktails

+ info





**Jon Méndez**  
(Vinatería Viniápolis)  
Bermingham, 8 (Gros)  
Tf. 943 28 99 99  
DONOSTIA

## TINTO SH SYRAH 2022 (D.O. NAVARRA)

**L**a bodega Finca La Cantera de Santa Ana se encuentra emplazada en el valle del Ebro, en el corazón de una gran terraza conocida como el "Monte de las viñas". Trabajan la viña con pasión y respeto al terruño. Mediante suaves laboreos, intensa labor manual y sin más riego que el natural de la lluvia. Buscan vinos que reflejen lo mejor de su variedad y añada.

Finca La Cantera de Santa Ana cuenta con hectáreas que están apostadas en el Valle del Ebro, las cuales son "Suelo, Moncayo y Cierzo".

Pequeño proyecto dentro de la DO Navarra. Sus vinos, elaborados al pie del Moncayo, al límite con la Ribera, son muy personales con un carácter muy diferenciador. Entre todos los vinos que elaboran destaca el syrah monovarietal que es la expresión del terruño de la zona.

Pequeña bodega con excelentes vinos. A tener en cuenta que todas son pequeñas series, hechas a mano con mucho mimo y amor.

Este tinto SH es posiblemente uno de los primeros Syrah de la Denominación de Origen Navarra, plantado en las inmediaciones de la bodega, seleccionado y vendimiado a mano. 100% Syrah con una crianza de 9 meses en barricas nuevas. Color púrpura de capa muy alta. Gran intensidad aromática. En nariz muy bien, sobre todo por la complejidad y la calidad. Mezcla perfecta de fruta y crianza. De paladar amplio, intenso y muy largo. Tanino muy maduro y fino. Muy aromático en boca.



VINATERIA



**VINATERIA VINIAPOLIS**

*"La vinatería de Gros"*

Vinos Nacionales e internacionales - Vinos actuales y gran variedad de vinos antiguos

Cursos de cata - Visitas a bodegas - Publicaciones, artículos y accesorios del mundo del vino

Amplia gama de licores - Cervezas artesanales - Asesoramiento a particulares y hosteleros

Tienda abierta al público general - También distribuimos a la hostelería

Bermingham 8 - Gros - DONOSTIA - Tf: 943 28 99 99

ASADOR

ERRETEGIA

# KATTALIN



**Betiko euskal sukaldaritza** Cocina vasca tradicional



Arrai freskuak parrilan eta  
garai-garaiko barazkiak,  
perretxikoak eta gainontzeko  
produktuak.

Pescados frescos a la parrilla  
y verduras, setas y productos  
de temporada.



Berezitasuna: Behi zaharraren  
txuleta parrilan.

Especialidad en Chuleta  
de viejo a la parrilla.

Katea kalea 4 (junto al polideportivo) **BEASAIN**

943 88 92 52 • [asador@kattalin.com](mailto:asador@kattalin.com) • [www.kattalin.com](http://www.kattalin.com)





**VIENTO SUR  
(ELGOIBAR)**

# HUEVO POCHÉ

**Texto y fotografías:**

**Josema Azpeitia**

Dorelin Castillo, "Dore" para los amigos, ofrece una cuidada selección de pintxos y vinos en su gastroteca.

**D**orelin Castillo es una jovencísima entusiasta del mundo del vino y la gastronomía, que tras haber trabajado una temporada para los fundadores y anteriores propietarios de la vinoteca Viento Sur, decidió hacerse con las riendas del negocio de manera personal en una decisión que a muchos les pareció precipitada o atrevida. Han pasado más de 6 años desde aquella decisión tomada en 2018 y Dore no sólo sigue al frente de Viento Sur con una clientela encantada y en aumento, sino que además ha dado muestra de su saber hostelero ganando en varias ocasiones el Campeonato de Pintxos de Elgoibar.

En cualquier caso, ya había unos cuantos miembros en la cesta. Dore no acometió su etapa en Viento Sur surgida de la nada. Previamente se había formado en cocina en Aiala, la escuela que Karlos Argiñano dirige en Zarautz, y posteriormente cursó un Máster en sumillería en la Escuela de Hostelería de Artxanda, impartido nada menos que por Jon Andoni Rementeria, responsable de la flamante bodega del restaurante familiar Remenete.

Por lo tanto, ya había un gran interés y una trayectoria gastronómica por parte de esta eibartarra que también se preocupa por tener una buena tortilla de patatas. Suele estar disponible para las 9:30 de la mañana y cuenta con una nada despreciable cantidad de adictos fijos que la están esperando. Dore mima a conciencia la tortilla confitando la patata a



fuego lento y con paciencia y pochando la cebolla hasta decir basta, cuidando el punto de cuajo para que ésta no quede excesivamente líquida pero evitando que se seque en exceso. Una tortilla resultona que merece la pena ser conocida.

Otro de los pintxos "estrella" de la carta de Dore es el **Huevo Poché con tomate y bacon** que hemos elegido para ilustrar la página, un bocado que su autora considera "un buen desayuno resumido en un pintxo". Dore nos ofreció, además, toda una "máster class" de la elaboración del huevo poché que en apariencia no parece algo complicado pero que tampoco resulta tan fácil para unas manos inexpertas... y se lo cuento por experiencia propia, que conste.

Y todo esto sin olvidar otras especialidades de la casa como el exquisito Revuelto de hongos que se sirve como pintxo y como ración, la Alcachofa a la plancha, el Crêpe de txangurro... un local, sin duda, imprescindible.

**segURA  
IRRATIA**

89.2 FM - 103.8 FM (TOLOSALDEA)

**Zure betiko irratia!!**

**Goizeko 10:00-13:00ra GOIZEROKOA**

**Arratsaldeko 15:00-19:00 MUSIKAZ BLAI**

[www.segurairratia.eus](http://www.segurairratia.eus)

943 80 10 41 - 943 80 13 47

669 47 33 37 Goizerokoa - 655 74 46 57 Musikaz Blai



*"Vermut elaborado con vino base de godello y sauvignon blanc, botánicos y mucha alegría.*

*Excelente aperitivo antes de comer, pero yo a veces me lío 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**

**UN LUJOSO LIBRO, ELABORADO POR JOSEBA URRETAVIZCAYA Y FERNANDO HUALDE**

## **JAKITEA PRESENTÓ “ARTZAINAK ETA SUKALDARIAK”**

**Josema Azpeitia. Argazkiak: Nagore Rodríguez**

**E**l Museo D'Elkatuz de Ordizia fue el escenario, el pasado 23 de mayo, de la presentación del libro “Artzainak eta Sukaldariak”, una obra que muestra de manera gráfica y literaria el encuentro entre cocineros y pequeños productores, una idea que ya fue trabajada en su día por la periodista **Catherine Marchand** en su libro “Sublimes Produits”, aunque en este caso el trabajo resulta más conceptual, limitándose a los cocineros de la asociación Jakitea y a productores de queso.

El motivo de esta publicación tan especial radica, según nos explica **Xabier Zabaleta**, responsable junto con su hermano Iker del Asador Aratz de Donostia y presidente de Jakitea Elkartea “en el hecho de que la UNESCO ha declarado al 2026 como el Año Internacional del Pastoreo. Eso nos llevó a pensar, como organización, que teníamos que hacer algo al respecto ya que la relación que guardamos con varios elaboradores de queso es una de las características que define a Jakitea como asociación preocupada constantemente por el apoyo al primer sector y el uso de materias primas elaboradas por nuestros productores más cercanos”.

“Así pues” continua Zabaleta, “nos pusimos en contacto con **Joseba Urretavizcaya**, con quien ya hemos trabajado en otras ocasiones, para llevar a cabo este libro en el que los diferentes miembros de Jakitea nos interrelacionamos con pastores de nuestro entorno de los que nos aprovisionamos habitualmente para que el queso siempre esté presente en nuestros restaurantes. Además, con este libro hemos querido reflejar la unión que se da constantemente entre los pastores, el queso, la oveja y el cordero. De esta forma, cada cocinero ha visitado a un pastor y ha convivido con él para conocerle más en profundidad, ver cómo lleva a cabo su trabajo y, sobre todo, para comprender la dureza de una profesión que muchas veces no es valorada como se merece. Finalmente, cada cocinero ha preparado un plato durante la estancia con los pastores, siempre relacionado, claro está, con el queso, con el cordero o con la oveja. Y es que los cocineros somos el último eslabón de la cadena, los que tenemos que cocinar el producto elaborado por ellos”.

El libro “Artzainak eta Sukaldariak”, compuesto de 200 páginas llenas de fotos de Joseba Urretavizcaya reveladas en un maravilloso blanco y negro acompañadas de unos evocadores textos de Fernando Hualde, es un documento magnífico, tanto por su lujoso formato como por las estupendas fotografías que constituyen uno de sus principales atractivos. Y la presentación del mismo resultó terriblemente interesante debido a los discursos a favor del primer sector que se oyeron en la misma, empezando por el del presidente de la asociación, Xabier Zabaleta, siguiendo por el del ingeniero agrónomo **Jakoba**



**Errekondo**, autor del prólogo del libro, y finalizando por el sentido alegato de **Fernando Hualde**, autor de los textos, que rompió una sincera lanza a favor de los productores y sus elaboraciones, haciendo un llamamiento a consumirlos y comprender todo el trabajo que hay detrás de ellos.

Además de esto, Xabier Zabaleta quiso subrayar la diversidad del libro ya que si bien los cocineros de Jakitea son todos gipuzkoanos, los pastores pertenecen a todos los rincones de Euskal Herria, encontrándose en “Artzainak eta Sukaldariak” con pastores de Gipuzkoa, Navarra, Iparralde, Álava... destaca asimismo Zabaleta que la gran mayoría son pastores profesionales que se dedican en



cuero y alma a sus respectivas queserías, hay también algunos, como **Angel Goizueta**, de Auritz (Nafarroa) que tienen un trabajo externo al caserío y emplean su tiempo libre en cuidar sus ovejas, acudir con ellas a los pastos, ordeñarlas, elaborar el queso... todo pensando en un consumo propio, para casa, y no en la gran distribución. "Ésta es una figura que se está perdiendo con el paso del tiempo y a la que también hemos querido rendir homenaje mediante este libro".

También subrayó Zabaleta que en este libro encontraremos desde pastores desconocidos hasta algunas de las caras más conocidas de la Feria de Ordizia como la de **Ricardo Remiro** de Ildarua o la de **Elisabeth Gorrotxategi** de La Leze, ambos ganadores en más de una ocasión del prestigioso Campeonato de Quesos de Pastor que se celebra a lo largo de la Euskal Jaia de la localidad goierritarra.

En la presentación, además de varios miembros de Jakitea y diferentes pastores, estuvo presente, asimismo, **Azahara Domínguez**, Diputada de Movilidad, Turismo y Ordenación del Territorio de Gipuzkoa. Azahara también dedicó unas elogiosas palabras tanto al libro como a la labor de Jakitea y subrayó la que calificó como "apuesta de la Diputación Foral de Gipuzkoa por el sector primario" asegurando que su departamento seguirá colaborando con este tipo de iniciativas.

El encuentro, asimismo, sirvió para rendir un homenaje a la figura de **Juanma Garmendia**, responsable del Asador Kattalin de Beasain y miembro de Jakitea, de cuyo fallecimiento se cumplían cinco años ese 23 de mayo, haciéndose entrega de un ramo de flores su viuda, **Arantxa Agirrezabala**, presente en el acto. No faltó, tampoco, la degustación de diferentes quesos por parte de la Cofradía del queso Idiazabal, en lo que fue un bonito encuentro entre cocineros y gentes del mundo de la gastronomía.



**MARTÍN BERASATEGUI (Lasarte-Oria)**

# 50 AÑOS DE APRENDIZAJE

**Texto y fotografías: Josema Azpeitia**

Martín Berasategui cumplió el pasado 27 de abril 65 años, la edad a la que el común de los mortales anhela llegar, a ser posible con buena salud, para dar por finalizada su vida laboral. 65 son los años con los que nuestro actual sistema considera que ya lo hemos dado todo y nos podemos retirar, aunque según la OMS y la Universidad de Stanford la juventud, moderada pero juventud, sigue hasta los 78. Sea como sea, el donostiarra no tiene ninguna intención de jubilarse. Poseedor de 11 estrellas Michelin repartidas entre Lasarte, Barcelona, Ibiza, Bilbao y Tenerife, a cargo de 20 proyectos hosteleros que se extienden a México, Italia, Dubai y otras partes del globo y dirigiendo en su casa madre un equipo que supera las 30 personas, tiene claro que todavía no ha llegado la hora de su retiro: "Si tengo la suerte de tener salud, que es lo único que puedo pedir, me jubilaré cuando me lleven a Villaquieta" afirma, sincero y convencido.

Este año, además, Martín está de fiesta, porque aparte de llegar a tan simbólica edad y llegar plétorico de salud y humor, en 2025 cumple 50 años como cocinero desde que en aquel lejano 1975 pidiera a su madre y a su tía que le dejaran dedicarse a la cocina con ellas en el Bodegón Alejandro, establecimiento que inauguró su padre, un carnicero de Urrestilla que respondía al nombre de Martín Berasategui y que por aquel entonces se debatía entre la vida y la muerte, partida que fue ganada por la Parca. "Cuando yo tenía 11 años mi padre tuvo un grave accidente de moto en el que pudo fallecer pero los médicos le alargaron la vida. Fue en balde pues al cabo de unos años murió sin poder ver a dónde ha llegado el negocio que montó guiado por su intuición.

Por enterarse, no se enteró ni de la primera estrella" recuerda siempre Martín, recalando que el hecho de que si todos sus restaurantes y proyectos llevan siempre su nombre o las siglas MB no es por autobombo, sino

en homenaje a su padre. "Mi padre está presente en todos nuestros proyectos y todas nuestras aperturas. Él fue quien originó todo esto. Tuvo su puesto de carnicería en la Bretxa pero vio la oportunidad y abrió el Bodegón a un paso del mercado. Era un visionario, mientras que yo sigo siendo un eterno aprendiz".

Martín es, sin duda, un libro abierto. Pero no hay que tomarle todo al pie de la letra, y es que diga lo que diga, de aprendiz no tiene nada. "Sabe más el Diablo por viejo que por diablo" dice el popular refrán, y Martín me lo demuestra recibiéndome personalmente y dedicándome en exclusiva prácticamente 3 horas de su valiosísimo tiempo, 3 horas en las que me muestra las cocinas del restaurante, me presenta a las piezas clave de su equipo y se encierra conmigo en su muy bien surtida biblioteca para concederme, cordial, atento y solícito la entrevista que motivó la reunión.

Eso sí, como los buenos políticos (o como los buenos tenistas), Martín sabe restar limpiamente las cuestiones pellizcadas y centrar la conversación en lo que él quiere destacar, y es que no ha llegado a los 65 para contar miserias o meterse en jardines innecesarios. Martín no tiene el gorro para ruidos y el periodista que capta lo que hay hace como hizo un servidor: guardar disimuladamente de nuevo en la carpeta las incisivas preguntas que tanto tiempo había pasado preparando, relajarse y disfrutar del discurso de su interlocutor siendo consciente de que a fin de cuentas uno no tiene todos los días, ni mucho menos, la suerte de poder compartir media jornada con uno de los mejores cocineros del mundo.







## Un duro inicio

Ya lanzado, Martín es un pozo sin fondo de vivencias, referencias, recuerdos... y es un placer escucharle rememorar

cómo pasó su infancia pululando por aquel Bodegón Alejandro en el que según se bajaban sus 23 escalones, a la derecha, había un comedor en el que una mesa estaba siempre reservada para los taxistas que ejercían entonces en Donostia. "Una mesa era para los taxistas, y otra para los carniceros que tenían un puesto en la Bretxa, como lo había tenido mi padre. Y todos eran sus amigos", recuerda Martín. Igualmente rememora como a los 15 años, internado en Lekaroz (Navarra), tuvo que echar mano del Padre Chapas, a quien recuerda como "un cura muy aventajado y vocacional", para que intercediera ante su madre,

Gabriela Olazabal, y su tía María, entonces al cargo de los fogones del Bodegón, para pedirles que le sacaran del colegio y le dejaran cocinar con ellas. "Tuve que hacerlo por medio del Padre Chapas porque yo no me atrevía a hacerlo.



Corzo, algas y caviar Ars Itálica



Nuestra oliva aliñada



Ojo de calamar y su tinta



Gilda con tartar de atún Balfegó, cremoso de anchoas, quindilla helada y caldo de alcachofas

Siempre he sido muy tímido."

Sea como sea la petición de Martín terminó en una reunión con sus dos mentoras en una mesa del Bodegón que todavía conserva, como una reliquia, en el restaurante de Lasarte. "De acuerdo, Martín", le dijeron, "mañana a las 8 aquí, con nosotras". Así lo hizo y así ha sido hasta hoy. "A día de hoy, aquí en Lasarte, sigo siendo el primero en entrar a la cocina y el último en irse. Y siempre estoy aquí. Solo salgo fuera, salvo casos extraordinarios, en mis días libres y en mis vacaciones. Y así fue en el Bodegón donde no solo trabajaba todos los días de sol a sol sino que en mi día libre aprovechaba para ir a aprender a Francia. Lo hice durante 15 años, desde los 17 hasta los 32 años, sin descanso, levantándome para ello a las 4 de la mañana. Durante los primeros años, además, me llevaban gratis los taxistas que conocía mi padre. Lo hacían como un favor al amigo que estaba jodido" recuerda Martín subrayando que si ha llegado a donde ha llegado es "porque durante 50 años he contado con la ayuda desinteresada de muchísimos amigos".

A partir de ahí todo vino en cascada. "Con 20 años y con mi padre a las puertas de su final, saqué de la cocina



Mantequilla de jamón ibérico 100% bellota



Milhojas caramelizado de anguila ahumada, foie gras, cebolleta y manzana verde



Canelón de crustáceos, pepino dulce cristalizado, trucha pirineo y jugo de hierbas cítricas



Ostra con néctar de morrón asado, rábano verde y algas crujientes



a mi madre y mi tía, que habían trabajado como dos leonas hasta los 50 y los 53 años respectivamente. Eso sí, su carácter generoso, humilde y desinteresado se quedó en el Bodegón y siempre me ha acompañado, al igual que su cultura del trabajo y el esfuerzo. Luego, cuando estaba a punto de cumplir los 25 llegó la primera estrella Michelin y miré al cielo a ver si había una cámara oculta" bromea Martín asegurando que no se la esperaba. "fui-

mos el primer bodegón, y creo que el único, que tuvo una estrella". En cualquier caso, la consecuencia de la estrella fue la apertura, en 1993, del actual restaurante en Lasarte, en el que compartió las labores con la que ya era su mujer, Oneka Aguirre. "Oneka también era cocinera, había aprendido en Urepel con Javier Aramendia, pero en Lasarte nos dimos cuenta de que la sala era tan importante como la cocina así que ella se centró en ello y es la responsable del 50% de nuestro éxito".

Por supuesto, hay mucho más que contar sobre la trayectoria de Martín Berasategui. La llegada de la segunda y la tercera estrella, sus aventuras empresariales con sus encuentros y sus desencuentros, su evolución culinaria... temas que darían para varios artículos. Pero estamos celebrando su 50 aniversario como cocinero y esta vez tocaba mirar atrás. Al hablar del presente, principalmente subraya que su obsesión es, y ha sido siempre "hacer felices a esas personas que han hecho un esfuerzo increíble por venir a comer aquí". Martín no habla en balde: actualmente su menú degustación



Ravioli de pasta fresca, espinaca trufada y tubérculos



Merluza de Burela asada a la brasa, mermelada de algas, plancton y moluscos, especias y coco



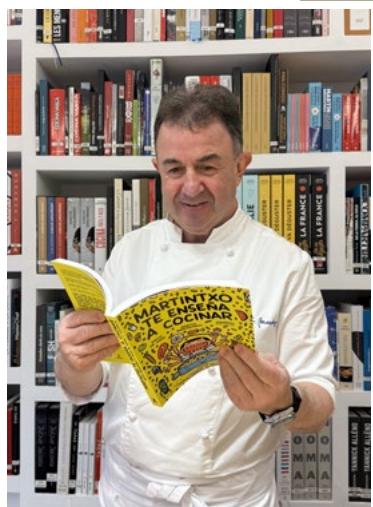
Lomo de ciervo asado al carbón, mini pepino al curry, foie-gras de tempranillo, albaricoque y tamarindo



Mojito frío y caliente

tiene un precio de 390 euros, bebida aparte. Eso sí, tras haber sido generosamente invitado a comer tras la entrevista puedo afirmar que todo gourmet que se lo pueda permitir no saldrá decepcionado de la lluvia de sabores, colores, texturas y sensaciones que componen el menú actual de Martín, un canto a sus 50 años de labor plagado de guiños a la cocina vasca de toda la vida, pinceladas internacionales y un derroche de técnica, presentación y servicio. A las puertas de los 65 Martín muestra una sensibilidad y una fortaleza conceptual portentosa.

Y lo más asombroso es que sus mil compromisos todavía le dejan tiempo para acometer otros proyectos paralelos como el recién publicado libro de cocina infantil "Martintxo te enseña a cocinar", que me muestra orgulloso comentándome, mientras le brillan los ojos, que sus dos nietos, Jara y Lucas, hijos de su hija Ane, son los protagonistas del recetario. "A ellos les dedico el libro y mi último proyecto en Dubai lleva sus nombres" sonríe afirmando que en el fondo él también sigue siendo un crío. "Todavía soy aquel Martintxo que se perdía en las calles de la Parte Vieja cuando aún no le conocía nadie".



**MARTÍN BERASATEGUI**

Loidi Kalea, 4  
Tf: 943 36 64 71  
LASARTE-ORIA



*Cigala. escabeche de cítricos, hinojo y fritura de tapioca con papada ahumada*



*Chuleta de cordero lechal, tallo meloso de colinabo, perla de cebolleta rellena y olivas negras*



*Limón con jugo de albahaca, judía verde y almendra*



*Brioche aireado a la naranja confitada, cremoso de helado de café espresso y whisky de malta escarchado*



tortilla



## EL CAMPEONATO DE TORTILLA DE EUSKADI ENCUMBRÓ A LOS NUEVOS VALORES

Entre el 24 de marzo y el 26 de abril se celebró la II Edición del Campeonato de Euskadi de Tortilla de Patatas, una edición en la que Bizkaia acaparó la mayoría de premios en la final al igual que lo hiciera Gipuzkoa en la primera edición en 2024. Este campeonato ha dejado muy claro el gran nivel del que goza actualmente la tortilla de patatas en la Comunidad Autónoma Vaca y ha servido para encumbrar a varias jóvenes promesas que ya venían pegando fuerte y que pasarán directamente a competir en el Campeonato de España en octubre.

El Campeonato arrancó el 24 de marzo en la Escuela de Hostelería de Leioa (Bizkaia) con una ponencia ofrecida a los alumnos del centro y a los cocineros participantes por parte de **Carlos Olabuenaga**, del Café Tizona de Logroño, quien se hiciera en 2022 con la txapela de campeón de España ex-aequo junto con Alberto García Ponte del Mesón O Pote de Betanzos.

Tras la cata de tortillas, en la que tomaron parte como jurados personalidades del nivel de **Bittor Arginoniz** (Asador Etxebarri), **Álvaro Garrido** (Restaurante Mina), **Josean Alija** (Nerua) o





**Leire Flores** (La Viña del Ensache) entre otros, se dio a conocer el veredicto en el que se destacó **Andoni Ibarguren** del Txintxirre de Bilbao que quedó primero en Categoría "Tradicional" y cuarto en "Con" con su tortilla de patatas con alegrías riojanas. Le siguieron de cerca **Goizane Bilbao** de El Atrio (Getxo), quedando segunda en "Tradicional" y segunda en "Con" con su tortilla con Carbonara" así como **Egoitz López** del Bar Cinco Estrellas (Basauri), tercero en "Tradicional" y primero en "Con" gracias a su potente Tortilla con salsa brava. El resto de los puestos se repartieron entre el **Bar Kantal** de Sarriko (cuarto en "Tradicional" y **La Pasarela** (Bilbao), tercero en "Con" con su tortilla con alegrías y cebolla. La página 42 nos muestra las fotografías de la sesión de Bizkaia con la foto de grupo de los ganadores y abajo, de izquierda a derecha, Txintxirri, 5 Estrellas, El Atrio y Kantal.

La página 43 nos muestra la semifinal de Araba, que tuvo lugar en la Escuela de Hostelería Egibide de Mendizorrotza el 31 de marzo comenzando con una ponencia a 6 manos por parte de **Javier Izquierdo** (El Viso) y **Ricardo González**, campeones de Burgos, acompañados de **Alberto Villegas** del restaurante San Remo de Palencia quien acaba de ganar el campeonato de pintxos de dicha provincia.

En cuanto a la clasificación, las fotografías inferiores nos muestran a **Sara Ortiz** (Kukue), primera clasificada en las categorías "Tradicional" y "Con", **Zhora Ajana** (Sagartoki), segunda en ambas categorías, **Alexa Ferar** (Bodeguita la Estrella), quien fuera el año pasado campeona de Álava y que quedó este año como tercera clasificada en "Tradicional" y **Allan Fabricio** (Cube Artium), tercero clasificado en "Con".





La presente página (nº 44) nos muestra la foto de grupo de los ganadores de la semifinal de Gipuzkoa que tuvo lugar el 7 de abril en Cebanc (Donostia) y en la que volvió a actuar **Carlos Olabuenaga** (Tizona) como conductor de la ponencia inicial.

La principal triunfadora de esta sesión fue **Antonia Pazos** (La Taberna de Egia) que hizo doblete quedando segunda en "Con" y cuarta en "Tradicional" aunque los primeros puestos fueron para **Arantza Esnaola** del Izarraitz de Donostia (1º en "Tradicional" y **Ane Echeverría** del Arantxa de Ormaiztegi (1º en "Con"). Una de las sorpresas del campeonato fue **Jon Agirre** del Bar Goiherri de Legazpi (2º en "Tradicional" y el **Aitube** de Urretxu (3º en "Tradicional"). **Kapadokia** (Donostia) se hizo con el tercer puesto en "Con" y el cuarto de esta categoría se repartió entre el **Bai Bidea** de Zumaia y el recientemente abierto **Mamistegi** de Donostia.

Finalmente, el 26 de abril se celebró en Donostia la Gran Final del campeonato, de la que no contamos con imágenes propias por los motivos expuestos en las páginas 6, 7 y 8 de este ejemplar de Ondojan.com. En cualquier caso, sí que disponemos de los resultados, que encumbraron a **Andoni Ibarguren** del Txintirri de Bilbao, que resultó ganador de las dos categorías ("Tradicional" y "Con") y a **Goizane Bilbao** (El Atrio) y **Antonia Pazos** (La Taberna de Egia) que quedaron, respectivamente, segundas en las categorías "Tradicional" y "Con". Tanto Andoni como Goizane participarán en el Campeonato de España en Alicante el próximo 4 de octubre.

Finalmente, los terceros puestos de la gran final fueron para **Egoitz López** (Cinco Estrellas) en "Tradicional" y **Ane Echeverría** (Arantxa) en "Con". Felicidades a tod@s... ZORIONAK !!





# LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS

- Suplemento -



NO ES UNA RECETA...  
ES UNA FORMA  
DE HACER !!



José Arana, 14  
**641 55 03 18**

}{ DONOSTIA

Zabaleta, 51  
**943 27 64 88**



## LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - GIPUZKOA

### ADAMO

TORTILLA CON DUENDE  
LISTA PARA LLEVAR



Son ya unos cuantos los años que **David Carrillo** lleva en este local al final de la playa de Gros al que le ha sacado chispas con una tortilla muy personal, jugosa pero chorreante, a la que añade puerro como un elemento diferenciador y que ha conseguido un éxito sin precedentes. Aprovechando el éxito del local originario, David abrió, a mediados del 2023 un nuevo local, "**Adamo Plaza**", en el barrio de Gros, en la calle Claudio Anton de Luzuriaga, junto a la Plaza de Cataluña. En este todavía más pequeño establecimiento, Antonio ha decidido apostar por el "Take away" pero, eso sí, ofreciendo mucha variedad. Así, no sólo ofrece tortillas enteras, sino que podemos llevarnos pintxos, medias tortillas, bocadillos... y hasta raciones como albóndigas caseras. Adamo prepara inminente **una tercera apertura en la Plaza de Easo**.

### DONOSTIA

J M<sup>a</sup> BARANDIARAN, 26  
TEL. 943 38 16 07  
@adamo\_beach

### AITUBE BERRI

TORTILLA, JUVENTUD  
Y PROFESIONALIDAD



Dirigido por **Artur Pereira y Asier Merino**, Aitube Berri ofrece una gran variedad de tortillas de patata de diferentes tipos que han alcanzado un notable éxito debido a su excelente conjunción de patata y huevo resultando **jugosas y yemosas**. Además de la tortilla normal, elaborada con cebolla, podemos encontrar **tortillas rellenas**, habitualmente de jamón y queso y la chaka, siendo ambas muy solicitadas por un público en el que llama la atención la gran presencia de jóvenes, algo debido en buena parte a la insultante juventud de los responsables del bar, que han logrado que cuente con un gran ambiente en el que se mezclan la informalidad en el trato con una gran profesionalidad en el servicio. Los fines de semana Asier y Artur se atreven con otras tortillas especiales como pueden ser la de **morcilla** u otras ocurrencias similares.

## ANTONIO BOULEVARD

LA TRADICIÓN CONTINÚA



Con el objetivo de dar continuidad al mítico Antonio Bar, **en 2022 nació Antonio Boulevard**, situado en la Parte Vieja de San Sebastián. Desde 2025 **Humberto y su hija, Adriana**, han apostado por mantener la esencia del bar viva, para ello, han apostado por productos de calidad y temporada y un servicio cercano con el cliente.

**La huella de identidad del Antonio, es sin duda la tortilla de patata.** La cocinera, **Ana Uli**, empezó realizando esta tortilla en el desaparecido Bar Gaztelu de la Parte Vieja y pasó a continuarla y a mejorárla en el Antonio. La realización de la tortilla es compleja, durante casi dos horas, pochan 5 kilos de patata y 1,5kg de cebolla, hacia el final, añaden 0,5kg de pimiento verde, además de sal y aceite de oliva virgen extra y 38 huevos. **Sacan 4 tortillas durante el día, es decir, 150 pintxos.** Es un atractivo de cliente local, turistas, críticos gastronómicos, instagramers internacionales y todo tipo de fauna acida por probar este succulento producto. Ambos establecimientos son una muestra palpable de la mejor hostelería de la ciudad.

### DONOSTIA

MAYOR, 2, ESQUINA BOULEVARD

TEL. 943 18 74 39  
@antoniboulevardss



URRETXU

AREIZAGA PLAZA, 10

TEL. 943 72 35 75

## BERIT

LA TORTILLA MÁS SOLICITADA DE UROLA-GARAIA



El uretxuarra **Javi Quintana** tomó en octubre de 2012 los mandos del mítico bar Berit, aunque no fue hasta el 4º año de su etapa cuando le dio por apostar por la tortilla de patata, producto que se ha convertido en el buque insignia del bar. Elaborada principalmente sin cebolla, aunque también la prepara con cebolla, rellena de jamón y queso y en otros formatos, **la tortilla del Berit es posiblemente la más solicitada de la comarca**, disponible todos los días a partir de las 9 de la mañana y también por encargo siempre que se solicite el día anterior. Con la colaboración de Elena Reta, Javi también ofrece Jamón ibérico de bellota recién cortado, pintxos de Lomo ibérico adobado y, los fines de semana Rabas y Croquetas que tienen también una gran aceptación. En la guía y web "Tortilla de patatas - Lo Mejor de la Gastronomía", Rafael García Santos define la tortilla de Javi como "Muy del gusto general, fácil, muy gratificante y sin relevancias gastronómicas. Se distingue por el buen gusto que transmiten todas las que hace, muy similares, y por una regularidad germánica. Delicada, fina, dentro de su identidad, patata-patata, con atisbos agrios, sensación derivada de la clase e identidad."

## ANTXETA

TORTILLA EN EL BAR...  
... Y EN LA PANADERIA

La amezkatarra **Mª Jose Altuna** dirige este veterano establecimiento del centro de Usurbil haciendo bandera de la cocina tradicional y ofreciendo todos los días una **barra de pintxos** en la que destacan sus exitosas tortillas de patatas, tanto tradicional como rellenas. Mª Jose dirige también la cercana **panadería Opil Goxo** y allí también elabora, todos los días, desde las 6 de la mañana, su solicitada tortilla. De hecho, el éxito de la misma fue lo que le impulsó a hacerse con su bar actual donde además de la tortilla normal la ofrece rellena de bacon o jamón y queso, con chaka, con calabacín y pimientos rojos y verdes... así como otros **productos caseros como los callos, las albóndigas, la lengua en salsa...** También destacan por sus bocatas, que atraen a un público joven y variopinto, así como por el hecho de dar **cenás todos los días**.

## USURBIL

ZUBIAURRENEA, 6  
TEL. 943 54 43 12

## ARANTXA

UN CLÁSICO CON RAÍCES

## ORMAIZTEGI

SAN ANDRES KALEA, 13  
TEL. 669 34 02 14

Los veteranos hosteleros **Haritz Urretabizkaia y Ane Echeverría** dirigen desde marzo de 2022 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 de patatas y para las 9 ya tiene montada una **espectacular barra de pintxos clásicos** y todo tipo de embutidos, además de las mencionadas tortillas que tan bien se le dan a Ane: De patata, de patata con pimientos y cebolla, con bacalao, con chorizo... Llaman la atención sus **tortillas picantes**, solo para valientes, que están creando una clientela fiel y muy atrevida. En cocina se mantienen especialidades indiscutibles: Caldo, Callos caseros, Carne cocida, Albóndigas... especialidades a las que Ane ha incorporado con gran éxito platos como el Bacalao al pil-pil o la Lasaña casera.



## LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - GIPUZKOA

### 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... todo casero y servido en generosas raciones. Buena música y desayunos desde primera hora.

**Menú del día:** 16 €€ **Menú sábados:** 26 € **Cierra:** Domingo.

### LASARTE-ORIA

HIPODROMO  
ETORBIDEA, 2  
TEL. 943 36 27 09

### BAI BIDEA

UN LOCAL RENOVADO CON UN PASO ADELANTE EN LA CALIDAD



El restaurante Bai Bidea, dirigido por **Yuli Aparicio y Cristian González** acaba de sufrir una pequeña pero significativa **reforma** que ha dotado de una **mayor elegancia** a su comedor y ha mejorado los suelos y sus baños, convirtiéndolo en un **local más acogedor** y más acorde a la línea de producto y calidad a la que les ha ido llevando su experiencia y el buen gusto de su clientela. Entre las principales **novedades** de esta nueva etapa está la incorporación de un **Menú Especial diario** de lunes a viernes que sustituye al menú del día y cuenta con dos raciones a elegir, carne o pescado y postre, un menú que equivale en calidad a una comida a la carta al **interesante precio de 28 euros**. Por lo demás, tanto entre semana como el fin de semana puede optarse por la carta en la que destacan los **platos de temporada de Cristian y las carnes y pescados a la parrilla** que tan buena fama han dado a este restaurante.

### BODEGA DONOSTIARRA

UN LOCAL QUE MANTIENE EL SABOR DE LA AUTÉNTICIDAD



**Miguel Montorio** pasó en 2009 a a dirigir este establecimiento fundado en 1928, continuando fielmente la línea marcada durante más de 30 años por **Miguel Mendenieta 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 piparrada... o sus espectaculares brochetas. La Bodega donostiarra 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**.

### DONOSTIA

PEÑA Y GOÑI, 13  
(GROS)  
TEL. 943 01 13 80

### BUKOI

PROFESIONALIDAD Y ATENCIÓN QUE MARCAN LA DIFERENCIA

### ASTIGARRAGA

KALE NAGUSIA, 36  
620 96 53 73  
@bukoitaberna



En pocos bares de pueblo se encuentra el encanto y la profesionalidad de **Bukoi Taberna**, dirigido por **Lana Aculova**, que ofrece una de las mejores tortillas de la periferia donostiarra. Además de la de cebolla y pimiento verde, sabrosa y jugosa hasta decir basta, **también la ofrece con cebolla, sin cebolla y con jamón y queso**, y todas cuentan con una legión de fans, al igual que sus sandwiches caseros y otros pintxos. El secreto de Lana, además de la buena mano, es el **afán de superación y mejora continua**, características que resultan lógicas cuando nos enteramos de que esta atenta y guapísima moldava ha sido deportista olímpica y ha representado a su país, un honor que sólo alcanzan las personas con gran voluntad y ganas de darlo todo.



# HIRU ALDETA

ESPECIALIZADOS EN TORTILLA PARA LLEVAR



Tras varios años dedicados a la hostelería nocturna, **Edu Echeverría** y su pareja, **Nerea Martín** decidieron asentarse en 2019 en el Hiru Aldeta de Lasarte-Oria centrándose en cocina y cafetería. Edu provenía de familia hostelera. Sus padres habían dirigido el bar Bolatoki en el centro del pueblo y en él tenía gran importancia la tortilla, por lo que decidieron incluirla en la carta del nuevo local. La de Edu es **una tortilla que su propio autor define como "una tortilla regular, que nunca decepciona y que la gente valora"**. Coincidimos con la descripción. Es una tortilla más bien patatosa, pero su ejecutor tiene buena mano y logra que salga a barra suculenta y jugosa con lo que son muchos los clientes fijos que acuden a degustarla. Con el paso del tiempo **Edu y Nerea se han enfocado en la elaboración de tortillas para llevar**, tanto para particulares como a empresas. En este ámbito las **especialidades** son: Tortilla de ajo y cebolla, Tortilla con piparrada, Tortilla clásica... además de una serie de opciones más especiales como las de morcilla con pimientos, la de bacalao con morcilla y rúcula, la de alegría riojana, la de ropa vieja...

## ERRONKA

VARIEDAD DE CERVEZAS Y PIKO-TEO EN UN NUEVO LOCAL



Dirigido desde el pasado 11 de marzo por los jóvenes **Facundo y Frederick**, Erronka **abre a las 7 de la mañana** para ofrecer desayunos y a partir de las 7:30 comienza a servir su producto más exitoso, la **tortilla de patata**, además de diversos **pintxos y raciones** que se ofrecen todo el día como el solicitado **pintxo de Huevo**, **queso y secreto ibérico**, entre otros. Erronka también encontraremos una completa carta de **bocatas, hamburguesas, platos combinados...** La calidad y la frescura del producto es la obsesión de estos experimentados hosteleros que también cuentan con una **gran variedad y calidad en platos de pasta** acompañados con varias salsas de garnición y ofrecen un **excelente café** de la casa Candelas que cuidan con auténtico esmero, no obstante Fernando es barista. **Menú del día: 14,90 €** **Carta: 20-25 €** **Cierra: Domingos.**

## BEASAIN

SENPERE, 7 (LOCAL 34)  
TEL. 943 96 90 24

## EZKIÑA

LA YEMOSIDAD AL PODER !!

## ARRASATE

OLARTE, 25  
TEL. 943 04 04 88



**Asier Antia** es un "echao p'alante". Se atrevió en su día a elaborar platos de casquería en una villa en la que ese tipo de productos en barra brillaba por su ausencia y hoy es una referencia por sus callos, sus morros, su oreja de cerdo... Igualmente, tras la celebración del I Campeonato de Tortilla de patatas de Euskadi en febrero y marzo de 2024, se ha convertido en **uno de los pilares de la "revolución" de la tortilla de patata gourmet**. Así, Asier experimenta con su tortilla ofreciendo, todos los días a partir de las 9, magníficas tortillas rebosantes de huevo, con patata recién cortada y frita, **no solo en versión tradicional sino con las más variopintas y originales combinaciones**: De rulo de cabra y bacon, de Bacalao con pimientos y alegría riojana, de Carbonara, de Cecina y queso... la imaginación (y el atrevimiento) al poder !!



## LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - GIPUZKOA

### GOIHERRI

NUEVA ETAPA  
PARA UN LOCAL MÍTICO



El mítico Goiherri de Legazpi cuenta con un nuevo y joven equipo de la mano del joven cocinero **Jon Aguirre** y su pareja, **Amaia Estalay**. Con cerca de una década de experiencia en hostelería, esta pareja está haciendo reafilar con muy buen criterio este popular espacio ofreciendo una **ciudadana selección de pintxos entre los que destaca su muy solicitada tortilla de patata** de la que, de momento, ofrece dos versiones entre semana (con o sin cebolla) y algunas tortillas rellenas más a lo largo del fin de semana. Además de las tortillas, buque insignia de la casa, en Goiherri cuentan con una **carta variada e informal** en la que encontraremos Bocadillos, Sandwiches, Platos combinados... sin olvidar las hamburguesas, de gran aceptación, elaboradas con carne de Black Angus.

### LEGAZPI

URTATZA, 1  
TEL. 943 73 14 61  
@goiherri\_jatetxea

### IKILI

LA NUEVA SENSACIÓN  
DEL CENTRO DE DONOSTIA



**Aitor Martín**, cocinero curtido en el **Basque Culinary Center** y miembro de una veterana familia hostelera, dirige de manera independiente este céntrico bar- restaurante desde junio de 2024. La propuesta culinaria de Ikili es ofrecer una **cocina tradicional vasca fresca y actualizada con un toque personal** sin perder de vista las raíces. La Ensaladilla rusa, el Arroz con almejas, el Beigaiundi a la parrilla, la Txuleta de Goya o sus postres caseros son sus caballos de batalla, además de **sugerencias fuera de carta** en función de la época del año o el mercado (Alcachofas, alubias, pochas, pescados de temporada...). Cuenta con una tentadora **barrera de pintxos** en la que destaca su exitosa Tortilla de patatas. **Carta: 15-60 € Cenas todos los días excepto domingo noche.**

### KAPADOKIA

FRESCURA, CREATIVIDAD, Y  
RESPETO POR LA TRADICIÓN



Inaugurado el 4-3-2020, 10 días antes del confinamiento, este bar 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**. Desde su inicio, la tortilla de patatas ha sido uno de los fuertes de este establecimiento, y la participación en el **Campeonato de Euskadi** ha cambiado los parámetros del joven equipo del bar, sobre todo a partir de que quedaron elegidos como **vencedores absolutos del mismo**, lo que les ha llevado de elaborar una sola tortilla al a tener que elaborar varias docenas de ella.

### DONOSTIA

PESQUERÍA, 10  
TEL. 943 58 31 86

### LA TABERNA DE EGIA

TORTILLAS, ROCK AND ROLL  
... Y EXCELENTE CAFÉ !!



**Antonia Pazos y Alfredo Jiménez** dirigen desde 1987 esta encantadora taberna que resultó **ganadora de la modalidad "Tortilla con" en el último Campeonato de Tortilla de patatas de Euskadi** gracias a su Tortilla de patata con bacalao, siempre disponible en el bar. **Otras tortillas** que trabaja Antonia son la tradicional (con o sin cebolla), con calabacín, con bonito, con morcilla de Beasain... además de otras propuestas como **Pintxos, Tostas, Montaditos...** En La Taberna de Egia, que abre de lunes a sábado a las 8 de la mañana, cobra una gran importancia **el mundo del café**, con diferentes cafés especiales que van cambiando con frecuencia cuidando los orígenes y, sobre todo, la manera de prepararlos y servirlos. **Cierra:** Domingo.

### DONOSTIA

SAN MARCIAL, 7  
(CENTRO)  
TEL. 843 93 30 00  
www.ikili.es



# RAFAEL

## LA MUY PERSONAL TORTILLA DE IOSU CARRIÓN

**HONDARRIBIA**

SAN PEDRO KALEA, 10

TEL. 660 06 1666

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



**Iosu Carrión Insausti**, joven chef especializado en cocina tradicional comenzó, años ha, a elaborar una tortilla de patatas en los fogones del Bar **Kai Zaharra** que era considerada, por muchos, "la mejor del Bidasoa". A pesar de que Hondarribia queda un poco a desmano, consiguió que mucha gente se acercara a conocerla a pesar de no tener nada que ver con la que elabora ahora en el restaurante de su familia, el Rafael, en pleno barrio de la Marina, donde ejerce de jefe de cocina y elabora **una tortilla mucho más succulenta y profesional que la que hacía en sus inicios**. La calidad de la tortilla queda clara y diáfana en el comentario descriptivo que Rafael García Santos hace de la misma en su web: "Ciertamente rústica y primaria, pese a que busca la presencia del huevo en el centro. De una gran succulencia: gulesta por expresividad y pinta. El punto de sal y la lubricación del aceite contribuyen a su notoria contundencia. Para más carácter, muy embebida de huevo. La costra exterior, sellada a gran intensidad, se muestra a su vez intensa y completamente tostada. Su presencia, la define. Depara mucho placer carnal. Una tortilla de patatas, en verdad, muy diferente." Su barra cuenta también con una cuidada variedad de pintxos y con paella todos los días.

### MAMIS-ETXE

EL ESPACIO MÁS RECENTE DE DONOSTIA



Recientemente abierto por **Borja Olano**, del **Kapadokia** de la Parte Vieja, junto a su pareja, Vane Pérez, Mamis-Etxe, el antiguo Mamistegi, es un espacio acogedor y relajante. Dotado de un precioso comedor y una práctica sala con vistas a su jardín, este restaurante resulta **ideal para relajarse en un entorno "de barrio"**, disfrutando de un pintxo o una ración en su barra o un arroz o un pescado a la parrilla en su comedor. Porque esos van a ser los fuertes de Mamistegi: Una barra en la que se servirá continuamente la **excelente tortilla de patatas con la que Borja ganó el I Campeonato de Euskadi** y otras propuestas como Calamares, Croquetas, Ibéricos, Ensaladilla de merluza, Callos caseros... y un comedor donde disfrutar de **una cocina eminentemente tradicional**.

### DONOSTIA

ORIAMENDI PASEAL, 14  
TEL. 943 71 56 19

[@mamis.etxe](http://@mamis.etxe)

### TXOFRE

LA OFERTA DEL EZKURRA SIGUE VIVA EN LA CALLE GLORIA

### DONOSTIA

GLORIA, 2 (GROS)  
TEL. 943 27 13 74

[@txofretaberna](http://@txofretaberna)



Tras el cierre el pasado 22 de septiembre del Ezkurra, **Joseba Balda** sigue con su excelente servicio y su oferta culinaria a tan solo 100 metros, en el Bar Txofre donde 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 sigue siendo 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... Txofre, que abre todos los días a las 08:00 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. **Cierra: Lunes**



LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - GIPUZKOA

# TXINDOKI

## LA TORTILLA MÁS MADRUGADORA



ZUMARRAGA

SECUNDINO ESNOLA, 1

TEL. 943 72 47 71

@txindokikafetegia

El Txindoki es una de esas heroicas cafeterías que **abre todos los días a las 7 de la mañana** y desde primera hora ya ofrece todo tipo de **bollería recién horneada** como croissants, napolitanas, caracoles, ensaimadas, zumo natural de naranjas recién exprimidas... y tortilla de patatas recién hecha, disponible siempre en barra hasta las 21:00. **La tortilla de Diego es una buena tortilla, sin excesivos alardes pero siempre equilibrada y gustosa.** No en vano este argentino asentado en Zumarraga hace más de década y media dirigió también el Berit (ver pág. 33) donde se curtió en la elaboración de este plato. Sin complicarse la vida, manteniendo con precisión milimétrica un punto de cuajado de una yemodidad media y limitándose a tres tipos de tortilla (normal, rellena de jamón y queso y con chakal), Diego nos hace felices a quienes tememos la necesidad de contar con una "tortillería de guardia", un lugar donde, sea la hora que sea que nuestros pasos nos hayan llevado allí, podamos degustar una tortilla recién hecha o, cuando menos, que no se haya convertido en un bloque de hormigón. Diego, además, dirige en sociedad el **bar Urzubi**, situado a 400 mts. que cuenta también con una recomendable tortilla.

### VASKITO-BERRI

BAR DE BARRIO DE CALIDAD CON NOVEDADES EN BARRA Y MESA



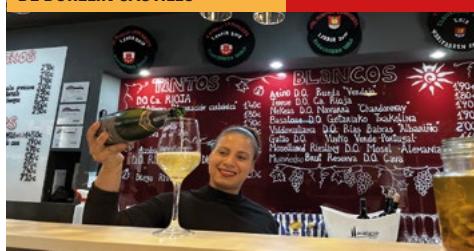
Iñaki Azkue ha trasladado el concepto de El Vaskito a un nuevo emplazamiento en Ibaeta, con lo que el actual **Vaskito-Berri** pasa a ser un **bar de barrio de calidad en el que encontraremos buen género, opciones de comida informal** elaboradas en el local y, sobre todo un excelente trato por parte del joven equipo. Seguiremos encontrando los **pintxos** habituales de barra, su excelente tortilla de patatas, sus untuosos callos... así como unos generosos **platos combinados** entre los que destaca el "**Katxopo**", que incluye un cachopo de 500 gramos. Asimismo encontraremos, **ensaladas, bocadillos...** y como gran novedad **pizzas de elaboración casera** que se preparan al momento en el propio horno de la casa.

### DONOSTIA

LOUIS-LUCIEN  
BONAPARTE, 8  
(ERROTABURU)  
TEL. 943 16 25 16

### VIENTO SUR

EL FEUDO GASTROVINÍCOLA  
DE DORELÍN CASTILLO



Dorelin Castillo es una jovencísima entusiasta del mundo del vino y la gastronomía, que en 2018 decidió hacerse con las riendas de la vinoteca Viento Sur. Han pasado más de 6 años desde aquella decisión tomada en 2018 y Dore no sólo sigue al frente con una clientela encantada y en aumento, sino que además ha dado muestra de su saber hostelero **ganando en varias ocasiones el Campeonato de Pintxos de Elgoibar**. Esta eibartarra, además, se preocupa por tener una buena tortilla de patatas. Suele estar disponible para las 9:30 de la mañana y cuenta con una nada despreciable cantidad de adictos que la están esperando. Dore mima a conciencia la tortilla confitando la patata a fuego lento y con paciencia y pochando la cebolla hasta decir basta, consiguiendo na tortilla resultona que merece la pena ser conocida.

### ELGOIBAR

BERNARDO EZENARRO, 17  
TEL. 943 54 97 97  
@vientosurgastroteka

## LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - GIPUZKOA - ARABA



### ZIRTA

COCINA TRADICIONAL DE AUTOR  
Y EXCELENTE TRATO



**Iker Uranga**, chef donostiarra curtido en cocinas como Arzak, Sant Pau con Carme Ruscalleda o Panier Fleur, entre otras, dirige junto a su mujer, **Lorena Arteaga**, este oestatu que se ha convertido en **meca de gourmets y sibaritas** dado lo exquisito de su cocina, lo cuidado de su trato y su excelente carta de vinos. Todos los días dispone de un sorprendente Menú degustación a un precio imbatible y en su carta encontramos especialidades tan atractivas como Bacalao a la madera de roble, Rulo de costilla ahumada 10 horas, Puerros confitados con colas de cigala a la brasa... todo ello sin olvidar platos más sencillos y la posibilidad de comer a base de pintxos y raciones en la zona de bar. **Carta: 50-60€. Menú del día: 18,00 €. Menú degustación: 50€ (Bebida aparte). Cierra: Lunes. Cenas: Viernes y sábados (conviene reservar).**

### LARRAUL

NUCLEO, 6  
(Bajo el Ayuntamiento)  
943 69 18 55

### BODEGUITA LA ESTRELLA

LA TORTILLA CAMPEONA  
DE ÁLAVA

### VITORIA-GASTEIZ

PORTAL DE ARRIBA, 11  
TEL. 945 03 41 48  
@bodeguita\_la\_estrella



**Alexandra Ferrar**, Álex para los amigos, es el alma y la alegría de este establecimiento tan sobrio como luminoso, situado a **5 minutos a pie desde la entrada de la Catedral Vieja**. Alexa dirige su propio proyecto desde 2022 elaborando una tortilla como las de las abuelas de antaño, contando para ello con el apoyo del cocinero **Pedro Valor**. Álex abre todos los días a las 7:00 para elaborar su tortilla, sencilla y efectiva, que sale al mostrador jugosa y chorreante, tortilla que le hizo **ganar la final de Álava del I Campeonato de Euskadi de Tortilla en 2024**. La tortilla puede acompañarse de potentes alegrías riojanas que se dejan a disposición de la clientela. El bar permanece abierto y con la tortilla hasta las 15:00h.

### TXIKI

LA TORTILLERÍA DEL MERCADO



La Tortillería Txiki del **Mercado de Abastos de Vitoria-Gasteiz**, dirigida por **Raúl Rubio**, es la continuación del Bar Txiki, abierto en 1981 por **Paco Rubio y Rosa Romo** en la calle Sancho el Sabio y que hoy en día sigue en activo pero bajo el nombre "El Poteo de Sancho" y dirigido por el hermano de Raúl, Joseba Rubio. Raúl y Marta viven una época de oro. Vendrán todos los fines de semana cerca de un centenar de tortillas, hasta el punto de haber ampliado en 2023, ocupando **un local concurridísimo que dispone de terraza**. Estamos ante una tortillería en el sentido estricto de la palabra, dada la oferta y venta de **más de una docena de distintos tipos de tortilla y miles de pintxos**: Tortilla de patatas sola y con cebolla; con pimientos; con bacalao; con champiñón y jamón; con jamón y pimiento; con txistorra; rellena de morcilla; rellena de York y queso; de chaka; torti-pizza de bacon y queso... hasta una tortilla de patatas morada. Eso sí, si hay que elegir una, sin lugar a dudas, esa debe ser la tortilla de siempre del Txiki, sin cebolla y calentita, recién salida de la sartén... ésta, o la campeona de **bacalao**, con la que se hicieron, en 2023, con el **3º puesto en el Campeonato de España de Tortillas "Con"**.

### VITORIA-GASTEIZ

JESÚS GURIDI, S/N (MERCADO)  
TEL. 945 12 21 22  
www.bartxiki.com





LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - BIZKAIA

## 5 ESTRELLAS

TODA UNA "FACTORÍA" DE TORTILLAS



Ganador de la modalidad "Tortilla con bacalao" en Bizkaia dentro del I Campeonato de Euskadi de Tortilla de Patatas de 2024 y seleccionado para el Campeonato de España al que volverá en 2025, Egoitz López es un jovencísimo chef apasionado de la cocina tradicional que cogió hace 13 años el mando del bar inaugurado por sus padres hace casi medio siglo y lo ha convertido en un templo de la tortilla de patatas. Todos los días, salvo los sábados, a partir de las 7:30 de la mañana en 5 Estrellas podemos degustar hasta 6 tipos de tortillas de patatas: normal, normal con cebolla, con bacalao, con chorizo... también elabora una con lacón y queso de tetilla homenajeando el origen gallego de sus padres y tiene gran éxito al mediodía entre los alumnos de los cercanos centros escolares "la brava", tortilla de patatas con bacon crujiente y salsa brava. Las tortillas de Egoitz son yemosas y cargadas de huevo bien emulsionado que corre por el plato como la lava de un volcán, pausada y firmemente. La fritura de las patatas es llevada al límite consiguiendo una maravillosa textura crujiente que invita a volver y repetir. Un bar con un gran futuro estratégicamente situado en la entrada de este populoso municipio.

## EL ATRIO

UNA TORTILLA CON SENTIMIENTO



## LAS ARENAS

ZALAMA KALEA,  
PARTICULAR DE CLUB, 2  
TEL. 946 56 89 39

Ángel Sierra a los mandos y Goizane Bilbao en cocina son los máximos responsables desde hace 8 años de El Atrio, elegante bar situado en el corazón de Areeta, una de las zonas más animadas de Getxo. Formada en la Escuela de Hostelería de Leioa y poseedora de un amplio bagaje profesional y culinario, Goizane pone un especial cuidado en elaborar la tortilla haciendo un homenaje a su abuela "hago la tortilla de mi ammama añadiéndole un toque crujiente y sirviéndola algo menos cuajada, pero sigo sus pautas pochando la cebollita durante horas y batiendo los huevos con cariño, con una lengua, sin usar el tenedor, para darle un toque de cremosidad y que quede como la lava fluida de un volcán". El resultado es la exquisita tortilla que le valió ganar en 2024 el Campeonato de Tortilla de patatas de Bizkaia y acudir al de Euskadi, tortilla que sirven en formato "tortilla normal" como en el de "tortilla con queso brie", variedad a la que el fin de semana añaden la tortilla de patatas con trufa y hongos. Además de todo esto, en El Atrio encontraremos otras especialidades como el Bao de rabo de toro, los Jalapeñitos, la Focaccia italiana de jamón ibérico, el Sandwich Barrene... y es que si algo gusta a Goizane y Ángel es divertirse fusionando estilos y, sobre todo, "que su carta y su barra no ofrezcan lo mismo que el resto".



# LA TABERNA DE ZARATE

## LA TORTILLA ESTRELLADA

BILBAO

FERNÁNDEZ DEL CAMPO, 35

TEL. 946 073 109

<https://zарате.restaurant/taberna/>

En Bilbao la tortilla de patatas luce nada menos que una estrella Michelin, concretamente la que luce **Sergio Ortiz de Zarate** desde que la Guía Roja le tocara con su varita mágica en 2015. Si bien para Sergio fue toda una sorpresa, si algo tuvo claro este chef fue que, con estrella o si ella, él iba a "seguir trabajando como siempre". Y ese "como siempre" al que apela Sergio supone seguir **cuidando el lado más tradicional y popular de su cocina**, que incluye, como no, la tortilla de patatas, y es que aunque Sergio no sirve nuestro plato favorito en su restaurante "estrellado", el bilbaíno cuenta con un local pegadito a la Alhóndiga en el que ésta es la "estrella", y nunca mejor dicho: La Taberna de Zarate (Arpiku). Aquí, el principal protagonismo es de la tortilla, de la que Sergio vende **cerca de 1.000 pintxos cada día**. La tortilla de Sergio es una tortilla normal, sin pretensiones, con una proporción alta de patata y un punto de cuajado que, si bien mantiene su jugosidad, está algo alejado de lo que consideraríamos una tortilla "gourmet". Aun así, es **sabrosa y efectista** y la gente se da de codazos, principalmente el fin de semana, por hacerse con uno de sus pintxos tanto "normal" como picante... por algo será !!

# MR. MARVELOUS

## UNA TORTILLA MEDITADA Y METICULOSA

BILBAO

HEROS, 18

TEL. 944 24 97 59



**Igor Mombiela**, responsable de este céntrico y original establecimiento es un espíritu inquieto que se halla, en estos momentos, en fase de superación profesional. "Este año voy a ir a por todas" nos aseguró en la última visita que realizamos, en octubre de 2024, a su local. Y en noviembre **estuvo en un tris de ganar la Copa de Bizkaia**, un importante campeonato que se celebra en dicha provincia, en el que toman parte docenas y docenas de establecimientos y en el que llegó a la final, que no ganó por una cuestión conceptual y no por falta de calidad en su propuesta, que mereció un mejor resultado. Dispuesto a participar y a plantar batalla en el II Campeonato de Pintxos de Euskadi que se celebrará entre febrero y marzo de 2025, Igor sigue elaborando en su ecléctico local **una tortilla exquisita, bien estructurada, con un punto justo y necesario, pero no excesivo, de picante y un tamaño de pintxo perfecto**. La Revolución de la Tortilla de Patatas precisa, sin duda, de personas con una actitud como la de este leioatarra serio y hacendoso. Ojalá se cumplan sus expectativas y nos encontremos con otro tortillero "abducido" e ilusionado por la filosofía de la Tortilla Gourmet !!



LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - BIZKAIA - NAVARRA

# SORGINZULO

UN BAR BRILLANTE EN PLENO "CASCO"



Situado en el mismo corazón del Casco Viejo bilbaíno, en la Plaza Nueva, distinguiéndose de los establecimientos turísticos que le rodean, Sorginzulo ofrece **algunos de los mejores bocados en miniatura de la ciudad**. No en vano mereció en 2018 el **Premio al Mejor Bar de Pintxos de Euskal Herria**. El mérito es de **Íñaki Lazcano**, un campeón de la cocina en miniatura con neta identidad de taska, sin otra pretensión de complacer marcando la diferencia y potenciando lo local. Su pinto de pil-pil, sin ir más lejos, es la mejor manera de saborear la que ha sido la capital histórica del bacalao: Bilbao. No por tanto fondo culinario se desatiende la **tortilla de patatas**. Tiene la nobleza de la calidad de los ingredientes en escena: emplea patata agata y huevos de Euskalberri. Y hace gala de muy buenas trazas: patatas confitadas con una sutil impregnación de cebolla roja vizcaína, que le da carácter y arraigo, muy amarronada y sazonada en su punto. **Muy equilibrada y, a la vez, muy gustosa**, en consonancia con el paladar local, que el chef conoce a las mil maravillas. Sellado fino y amarillo al calor, sin apenas fuego. Por dentro, muy cremosa, muy embebida de yemerosidad, bastante jugosa sin que apenas babee. Íñaki viene superándose y aspira a lograr una tortilla Txapeldun.

# LE BISTROT

LA HUERTA NAVARRA EN TODO SU ESPLendor



La del Bar Le Bistrot es una de las pocas tortillas de patatas jugosas y poco cuajadas que podemos encontrar al sur de Navarra. El responsable de la misma es el joven chef **Alberto Lamana Milagro**, perteneciente a una familia de hosteleros vinculada de toda la vida a esta comarca y su exuberante huerta. Alberto lleva desde los 15 años en cocina. Este chef se inició en el restaurante familiar, **Restaurante Bardenas**, en Arguedas, a un paso del desierto que da nombre al restaurante. Su madre, la veterana guisandera **Ana Mª Milagro** fue siempre su guía e inspiración, aunque en cuanto pudo se "escapó" dos años para formarse, años en los que recaló en el Remigio y en el **Hotel Tudela Bardenas**. De vuelta a casa, volvió a reengancharse a la cocina del restaurante familiar aunque la retirada de su tío Rueti, responsable de Le Bistrot de Tudela, le animó a trasladarse al casco viejo de dicha villa para hacerse con dicho local donde practica **una impecable cocina tradicional** con la ayuda de su hermano **Toño**, que ha pasado de encargarse de la sala en Bardenas a responsable de Barra en Le Bistrot. Por supuesto, además de su tortilla de patatas, una de las grandes especialidades del local son las **verduras de temporada de Tudela**, así como sus croquetas caseras y su chuleta de viejo.

# TUDELA

FUENTE DEL MATADERO, 3

TEL. 948 82 13 84



# MESÓN O POTE

## LA PERFECCIÓN BETANCEIRA

BETANZOS

TRAVEŚIA DO PROGRESO, 9

TEL. 981 77 48 22

www.mesonopote.com



No es casualidad que haya sido la tortilla de **Alberto García Ponte**, propietario y cocinero del Mesón O Pote, la que hemos elegido para ilustrar la **Guía de las mejores tortillas de patatas** (ver página 48), y es que cada vez que acudimos a este establecimiento nos tenemos que quitar la txapela ante la perfección de esta obra maestra de la orfebrería tortillera, esta máxima e impecable expresión de la tortilla más académica y normativizada y, a la vez, más imitada de todo el estado: **la tortilla de Betanzos**. Alberto no solo elabora a diario la tortilla más elegante de esta preciosa y animada ciudad coruñesa, sino que perfecciona y depura día a día su técnica mejorando lo presente, sin conformarse ni caer en la rutina, aprendiendo, reflexionando y enseñando su técnica a todo el que le lo solicita sin guardarse ningún secreto bajo la manga, convencido de que de esta manera, entre todos, seguirán haciendo grande a esta localidad. Esta elegancia y este savoir faire ha hecho que Alberto sea en tres ocasiones campeón de España de tortilla de patatas y que su establecimiento sea uno de los más visitados de Galicia no solo en verano sino a lo largo de todo el año. Un ejemplo claro de pasión y amor por la tortilla. No dejen de probar asimismo su pulpo, su croca, su calamar... todo !!

## KUTAKO

TORTILLA Y SIMPATÍA



Tras regentar varios años el Mesón Avenida, **Kamela Meghazi Maceiras y Manuel Souto**, alias "Kutako", decidieron trasladarse a Venela do Campo, una de las calles más frecuentadas por el público que inunda esta localidad en busca de su afamada tortilla. Al segundo año de abrir la persiana ganaron el **Premio del Público en el Campeonato local de Tortilla de Betanzos**, un premio, a efectos prácticos, más valioso que los premios del jurado oficial. Kutako es un bar pequeño, acogedor y canalla, que invita a conversar con los vecinos de mesa y de barra y, por supuesto, a disfrutar de la impecable tortilla que elabora, superándose cada día, la metódica Kamela, cocinera centrada en su trabajo y dotada de una gran simpatía y don de gentes. Kutako es el típico bar que uno repite y repite.

## BETANZOS

VENELA DO CAMPO, 5  
TEL. 690 39 40 65

@bar\_kutako\_betanzos

## O CABO

CAMPEÓN  
POR PARTIDA DOBLE

Este precioso gastrobar, que cuenta con el honor de haber hecho un extraordinario **"doblete"** en 2024 ganando el Campeonato de España de Tortilla de Patatas en septiembre y el de Galicia en octubre, está regentado por **Ramón Rodríguez e Isabel Gesto**, pareja muy trabajadora que ha ido mejorando y ampliando el local original. Situado en pleno centro de La Coruña, este populoso establecimiento cuenta con un público intergeneracional que lo mismo gusta de comer un marisco, una ensalada o algún plato preparado, todo dentro de fórmulas sencillas que transmiten naturalidad. Sin duda, un caso claro de éxito empresarial y hostelero. Por supuesto, entre sus especialidades se encuentra la **tortilla de patatas de la que elaboran más de 100 al día**.

## A CORUÑA

RUA PICAVIA, 2  
TEL. 981 91 74 04

@\_ocabo



LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - GALICIA - ASTURIAS - CANTABRIA

# LA TORTILLA MARAVILLA

UNA TORTILLERÍA EN PLENO CASCO ANTIGUO



**Víctor Valenzuela**, que cuenta en Viveiro con el restaurante **O Muro**, inauguró en el casco antiguo de esta preciosa localidad, en plena Semana Santa de 2023, esta tortillería gourmet, única en concepto y diseño. **Muy original, informal, pop y cachonda, abierta a todas las horas y públicos**. Ofrece tortilla para desayunar, en pincho, como ración en plato... Tortilla de patata con y sin cebolla, con chorizo, paisana, de trufa... y nuestra favorita: la Tortilla de rabo en salsa, bautizada como "Tortilla" y con la que fue seleccionado como finalista en el I Campeonato de Tortilla de Patatas de Galicia. La tortilla de chorizo es una de las mejorcitas que hemos probado. El embutido no invade la estructura y los gustos de la patata y el huevo se mantienen nítidos, sirviéndose completamente desengrasada. **También ofrece platos experimentales** que va poco a poco añadiendo a la carta como la **"Tortilla de los Huevos de Oro"**, con la que participó en 2023 en la final del Campeonato de España en la entonces recién estrenada modalidad "Tortilla con". Y entre tantas posibilidades, la Tortilla de patata con cebolla que, como todo en este negocio, tiene marchamo personal.

## MERLOT VINOS Y TAPAS

PARAÍSO DE LOS ADORADORES  
DEL DIOS BACO



En Avilés, es parada imprescindible este establecimiento regentado por **Nuria y Santiago**, un matrimonio que se viene dejando la piel día a día en su trabajo **desde marzo del 2010**. Este bar en el que los aficionados al vino se volverán locos por la variedad y el cariño con que estos son tratados y servidos por Santiago, se ha hecho conocido por la **monumental tortilla de patata y chorizo** que elabora Nuria, contundente y suculenta, que a pesar de sus descomunales proporciones guarda esa jugosidad que siempre buscamos. "Esta tortilla nos salvó durante el confinamiento" nos confiesa Nuria. Como homenaje a esta tortilla han instalado un **contador de tortillas** en el bar que anda rondando ya las 15.000... por algo será !!

## AVILÉS

C/ CABRÚNANA, 3  
TEL. 609 87 73 746  
@merlotvinosytapas

## BURDO

EL "TODOTERRENO" DE  
LAS TORTILLAS



## LIENCRES

Bº SALAS, 6  
TEL. 942 57 48 14  
@burdorestobarliencres

Burdo, uno de esos locales "todo terreno" que tiene diferentes espacios y funciones según horario, está dirigido por dos hosteleros talentosos y dinámicos: **David Gómez**, hostelero de raza, y **Manuel Martín**, el chef, formado en la Escuela Luis Irizar de Donostia y curtido en restaurantes de primer nivel, un cocinero con recursos que sabe conectar con el público. Burdo funciona como local especializado en desayunos, como gastrobar, como restaurante... y, entre horas, vende muchas **tortillas elaboradas al más puro estilo "Santander"**, gustosas y jugosas. De hecho, los fines de semana se dispara el consumo llegando a unas 50 tanto de tortilla convencional como de tortilla de bonito con mayonesa, de foie-gras con paleta ibérica... y alguna más.



# CAÑADÍO

REFERENCIA NACIONAL EN TORTILLA

## SANTANDER-MADRID

GÓMEZ OREÑA 15 - SANTANDER -  
TEL: 942 31 41 49  
[www.restaurantecanadio.com](http://www.restaurantecanadio.com)



Situado en pleno centro de Santander y con casi 10 "sucursales" en Madrid como el propio Cañadío Madrid o los establecimientos La Maruca (del que pronto abrirán un cuarto local), La Primera, la Bien Aparecida, etc... Cañadío es una de las referencias nacionales de la Tortilla de Patatas aunque aquí, en su casa originaria, fue donde comenzó todo. Fundado por Paco Quirós y Teresa Montoliva, a día de hoy es el jefe de cocina, Pedro José Román (en la foto) quien dirige culinariamente el restaurante y el grupo. Ganador del Campeonato de España en 2021 y 2023, este chef siempre acude a dicho certamen de donde generalmente regresa con alguno de los premios en el bolsillo. Tras haber dedicado varias décadas su barra a los más variopintos pintxos, tras la pandemia y sus dos victorias estatales, en Cañadío han optado por destinar su barra exclusivamente a la tortilla de patatas, ofreciendo tanto su mítica tortilla convencional (una de las más imitadas y solicitadas del país) como la popular "tortilla santanderina" en la que la tortilla de patatas se complementa con bonito, mahonesa y una capa de tortilla francesa. Cañadío es también un excelente restaurante tradicional de gran calidad con una envidiable relación calidad/precio y una cocina auténtica y con raíces.

# LA FALDA / LA LORENZA

LA ESENCIA DE BETANZOS EN PLENO CENTRO DE MADRID

## MADRID

Miguel Servet, 4 - 911 68 80 96  
Dr. Piga, 3 - 911 82 69 28  
[www.lafalda.es](http://www.lafalda.es) / [www.lalorenza.es](http://www.lalorenza.es)



El matrimonio formado por Xan Otero y Claudia Rodríguez no solo tiene el orgullo de dirigir las dos (pronto las tres) tascas madrileñas de tortilla gourmet más canallas y auténticas, sino también el de haber creado un equipo profesional que funciona como una auténtica piña, completado con Rodrigo Barredo, chef de La Lorenza y Alejandro Oliveira (ambos en la foto) que cubre el mismo puesto en La Falda. En ambos locales se elabora una tortilla de Betanzos impecable que les ha llevado a quedar primeros en la modalidad "Tortilla de patatas con" en el Campeonato de España de 2023 y segundos en la modalidad "Tradicional" en 2024, aunque pocos dudan de que llegarán, tarde o temprano, a alcanzar el primer puesto. Por de pronto, la tortilla de La Falda cuenta con la máxima calificación en la guía [www.tortilladepatataslomejordelagastronomia.com](http://www.tortilladepatataslomejordelagastronomia.com), lo que no es poco de pavo. Y por si fuera poco, estos valientes se han animado a finales de 2024 a hacerse con el antiguo Sylkar, establecimiento referencial de la tortilla de Madrid que cerró recientemente, y que pondrán en marcha a mediados de 2025 bajo el nombre de "La Falda de Chamberí". No dudamos de que será todo un éxito.



LAS MEJORES TORTILLAS DE PATATAS - CASTILLA Y LEÓN

# MESÓN EL VISO

REFERENCIA CULINARIA EN UN BELLO ENTORNO RURAL



## GUMIEL DE MERCADO

C/ VISO, 45

TEL. 947 54 51 03

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

La progresión de **Javier Izquierdo** desde que en 2023 se presentó al I Campeonato de Tortilla de Patatas de Burgos organizado por Burgos Alimenta ha sido impresionante: Ese mismo año resultó vencedor de dicho campeonato y, al año siguiente, hizo lo mismo en la modalidad "Tortilla con morcilla IGP Morcilla de Burgos". No contento con tanto triunfo, este vecino de Gumiel quedó 2º en la modalidad "Tortilla de patatas con" en el Campeonato de España con su tortilla de mollejas y riñones de lechazo, una tortilla que ha sido calificada por la crítica especializada como "una de las tortillas con más personalidad de España". Estas dos tortillas "con" así como la tortilla tradicional de Javi pueden ser degustadas en el Mesón el Viso, en Gumiel de Mercado, pequeño municipio situado a un paso de **Aranda de Duero**. Javier ofrece en su casa familiar una cocina castellana de carácter en la que **las croquetas y la carne son las señas de identidad** de la casa, huyendo del lechazo, no por animadversión, sino porque, en palabras de Javi, "ya hay suficientes sitios que lo trabajan, y muy bien. Nosotros no queremos entrar en competencia con ellos, sino contar con un estilo propio".

## SAN REMO

DONDE LA COCINA  
ES ARTE



Alberto Villegas Villegas es todo un personaje, un HOSTELERO con mayúsculas, un cocinero de raza criado entre marmitas que a pesar de acceder tardíamente a la cocina está avanzando hacia una excelencia que ya lo ha colocado como uno de los chefs más reputados de Palencia. Alberto **prepara todos los días una tortilla impecable** a primera hora de la mañana subiéndola a las redes y mejorándola día a día. Hoy en día este chef cuenta con **dos establecimientos** con tortillas de notable alto, su San Remo de toda la vida y el recién abierto **Castizo** de Valladolid que cuenta también, como San Remo, con una **excelente bodega**. Merece la pena pasearse por los bares de este loco por la cocina a probar su tortilla... y ya de paso, el resto de su excelsa oferta gastronómica.

## PALENCIA

AVDA. BRASILIA, 2  
TEL. 979 71 21 63  
[@sanremopalencia](http://www.smartremo.es)

## TIGO Y MIGO

TORTILLA Y PICOTEO EN UN  
AMBIENTE CÁLIDO Y JOVIAL



Tigo y Migo es una cálida y acogedora tasca en pleno centro de Valladolid que cuenta con unas excelentes tortillas y una cuidada selección de tapas y raciones. **Sara Cabello**, la propietaria, se encarga de cocinar y todos los días prepara un plato de cuchara como tapa, como **plato del día**, o para llevar. También prepara arroces y todo tipo de guisos, por no hablar de los excelentes tomates rosas que nunca faltan en el bar. Uno de los principales fuertes es la **tortilla de patatas de diferentes tipos**, normal, con chorizo, con trufa, riojana con pimientos... Está claro, como afirma la propia Sara, que el éxito de sus tortillas es una cuestión de "yemosidad". El buen trato a la clientela es otra de las características de este atractivo local.



# LA TEULADA

## LA REINA DE LA YEMOSIDAD



ELCHE

CARRER FRAY LUIS DE LEÓN, 5  
TEL. 966 20 20 50  
[www.lateulada.es](http://www.lateulada.es)

"Yemosidad" es la palabra que define a la jovial brasileña **Celia Clara Correia**. De hecho, esta cocinera apasionada se denomina a sí misma la "reina de la yemosidad" y por si las moscas o por si hubiera alguna duda, ha registrado a su nombre la denominación. Celia es un ejemplo clarísimo de superación continua. En 2022 participó en el Campeonato de Alicante de tortilla de patatas y su tortilla fue calificada por los expertos con un 5,5. Dos años después, Celia ha sido la indiscutible **vencedora del Campeonato de España en su modalidad "Con"** gracias a su suculenta y muy personal **Tortilla de patatas con papada de Joselito y chutney de mango**, una muestra de su ingenio y atrevimiento que no solo le ha catapultado al Olimpo de las tortillas sino que se ha ganado el favor de su numerosa clientela convirtiéndose en una de las opciones más solicitadas. A día de hoy, Celia ofrece en su concurrido restaurante tres tortillas: normal, normal con cebolla y la mencionada de papada de Joselito, contando las tres con un éxito sin precedentes. De hecho, hay veces en que esta cocinera no da a basta tal es el éxito alcanzado por su local como resultado de su modesta trayectoria. Las **pizzas artesanas** son otra de las especialidades indiscutibles de este dinámico local.

# TIZONA

INMINENTE TRASLADO A LA CALLE MENÉNDEZ PELAYO

LOGROÑO

CIRIACO GARRIDO, 14  
TEL. 662 19 99 09  
[@bartizona](mailto:@bartizona)



Nos encontramos, ante uno de los bares en los que más ha evolucionado la tortilla con un responsable, **Carlos Olabuenaga**, que ha convertido su ajustada cocina en todo un banco de pruebas, un laboratorio de I+D donde no ha dejado de investigar todas las posibilidades que este plato "tan simple" ofrece. Tras ganar el Campeonato de Tortilla de La Rioja, Carlos Olabuenaga ascendió a velocidad de vértigo al Olimpo de la tortilla **ganando el Campeonato de España en 2022**, hazaña que compartió ex-aequo con el que ahora es su íntimo amigo, Alberto García Ponte, del Mesón O Pote de Betanzos (Ver página 43). En 2023 volvió a subir al podio logrando un meritorio tercer puesto y en los últimos años no ha dejado de ser convocado como ponente y jurado a los más diversos congresos y ferias. En Tizona hoy en día se come una de las mejores tortillas de España así como una excelente cocina tradicional obra de la hacendosa pareja de Carlos, **Ana Lasheras**, así como unos interesantes postres caseros. **NOTA IMPORTANTE:** Tras hacer historia en su ubicación actual, Tizona se trasladará a lo largo de mayo de 2025, al local **antiguamente ocupado por otro clásico de la tortilla de Logroño: el Bar Serenella**, en el número 6 de la calle Menéndez Pelayo.

# GUISENTE DE LÁGRIMA, PERLA DE GETARIA



**A**finales de febrero visitamos **Kosta Aroa**, la entrañable granja dirigida por **Jaime Burgaña**, quien fuera en su día el pionero de la implantación del guisante de lágrima en la alta restauración, convirtiendo lo que era una legumbre no muy apreciada por los agricultores debido a su bajo rendimiento y su dificultad, en una vedette de la cocina de postín.

Jaime nos comentó que la actual situación climática ha adelantado el ciclo del guisante de lágrima y que ya ha empezado la recolección del mismo, timidamente al inicio, aunque pronto empezará a brotar en mayor calidad. En cualquier caso, el productor de Getaria opinaba que la previsión de un par de semanas de mal tiempo iba a ralentizar la recogida durante unos días. Ha quedado demostrado que las previsiones meteorológicas fueron totalmente acertadas.

Sea como sea, ya están aquí los guisantes de lágrima de 2024, los "petazetas" de Getaria, esa pequeña gran legumbre que pudimos degustar de la mano, y nunca mejor dicho, de su productor, en crudo para empezar y acompañado de un golpe de calor y un chorrito de Aceite de Oliva Virgen Extra a continuación. Aunque resultó más fina la segunda elaboración, la primera también tiene su encanto, ya que en crudo el sabor resulta, tal vez, más explosivo.

Fue en los años 90 cuando Jaime Burgaña se lanzó, cual pionero, a trabajar con la **agricultura ecológica**, y ese carácter visionario y respetuoso con el medio ambiente hizo que los grandes cocineros se fijaran en él y comienzaran a trabajar con él también. Una de las principales apuestas de este artesano de la tierra fue el guisante de lágrima, que comenzó a vender en sacos sin pelar y que a día de hoy se sirve pelado al 100% en **tarros de 50 gramos y de 200 gramos**.

Como nos comenta Jaime Burgaña, la plantación y cuidado de este producto que llegó a nosotros con los séquitos de los reyes franceses en la Belle Époque, no es nada fácil. "Ya en noviembre hay que empezar a preparar la tierra, sembrar el guisante y esperar 20-25 días a que empiece a brotar la planta para clavar las estacas que lo guiarán, ya que es un guisante trepador. Aun así hay que estar continuamente pendiente y corregir su rumbo de vez en cuando. Y luego... esperar que no caiga granizo, que no hiele, que no se encharque el sembrado... pues son muchas las circunstancias que pueden dar al traste con la cosecha de un producto tan delicado". Una vez brote, el equipo de Jaime está dispuesto para pelarlo, higienizarlo y envasarlo con todas las garantías sanitarias, ofreciendo un **producto de excelente calidad**, totalmente fresco, con todo su verdor y con una caducidad de 10 días, listo para ser utilizado en cocina.

Esperemos que este año sean propicios los astros y que el guisante, este **tesoro vegetal y salino de Getaria** acuda, como cada año, a su cita primaveral con restauradores en particular y con gourmets de morro fino en general !!

Sidras  
**BEREZIARTUA**  
Sagardoak



*sagardoa dastatu,  
... BEREZIARTUAZ  
Goratu!*





# GOIERRI, EL TERRITORIO IDIAZABAL Y LAS "BASQUE HIGHLANDS"

**Texto y fotografías: GOITUR**

A 30 minutos de Donostia se encuentra la comarca de las Basque Highlands, conocida como Goierri; la naturaleza, la gastronomía tradicional y una cultura que recoge el legado de siglos de historia sorprende a quienes se acercan al Goierri. Las Basque Highlands son, desde 2015, Destino Europeo de Excelencia (EDEN «European Destinations of Excellence»); un galardón otorgado por la Unión Europea, que destaca la apuesta realizada por el desarrollo turístico sostenible.





## Gastronomía: "Territorio Idiazabal"

Goierrri ofrece la posibilidad de hacer una inmersión en el mundo del queso Idiazabal, visitando las queserías, el Centro de Interpretación y Degustación del queso Idiazabal, y realizando catas y maridajes con el vino local txakoli, con sidra, vino blanco, cava, champán o vinos de Jerez.

Otra visita imprescindible en el Goierrri es el mercado de Ordizia, el más antiguo e importante del País Vasco, que se celebra todos los miércoles desde 1512. Los productores de los caseríos de los pueblos cercanos bajan cada semana a este mercado a vender los productos que ellos mismos labran en sus caseríos.

La oferta gastronómica de las Basque Highlands se completa con las ferias gastronómicas que se celebran a lo largo de todo el año y con D'elikatuz, el Centro de Interpretación de la Alimentación y la Gastronomía.



## Naturaleza: "Basque Highlands"

La comarca del Goierrri se encuentra enclavada entre los Parques Naturales de Aizkorri-Aratz y Aralar. Ambos parques cuentan con un Centro de Interpretación, en Zegama y Ataun respectivamente, donde se dan a conocer los accesos a los Parques Naturales y las actividades a realizar en los mismos, como el senderismo, la escalada, BTT, recorrer sus carriles bici o simplemente disfrutar del paisaje, bordeando los Parques en vehículo.

Las Basque Highlands tienen también dos magníficas rutas para hacer senderismo: la Ruta del Queso y la Vía Verde. La GR-283, conocida como la Ruta del Queso, atraviesa los Parques Naturales de Aralar y Aizkorri-Aratz, en un recorrido de casi 100 km que se suele realizar en seis etapas, y que permite conocer los secretos de la elaboración del Queso Idiazabal haciendo paradas en queserías y lugares relacionados con el proceso de creación del queso.

La Vía Verde une las localidades de Mutiloa y Ormaiztegi en un recorrido de 4,2 km recomendado para familias. La ruta cuenta con un juego de orientación para niños y una parada en el coto minero de Aizpea, en Zerain.

También en las localidades de Ataun (Lizarrusti), Segura y Zegama, hay instalados 7 recorridos de orientación permanentes de diferentes dificultades: se trata de una modalidad ideal para disfrutar en familia o entre amigos.



## Cultura: “Corazón de Euskadi”

El Goierri es un territorio de gran relevancia cultural. El Camino de Santiago y el Camino Real atraviesan su geografía, llena de puntos de interés, como los museos de personajes históricos, monumentos declarados como Bien de Interés Cultural o las villas medievales de Ordizia y Segura. Para conocer bien su cultura, merece visitar los siguientes 7 lugares:

- **Museo José Miguel Barandiaran de Ataun San Gregorio:** patriarca de la cultura vasca (museo dedicado a la mitología).
- **Centro de Interpretación Erroipe de Ataun Aia:** conoce la historia y el modo de vida del mundo rural.
- **Conjunto Monumental de Igartza (Beasain):** se pue-

de visitar el palacio, el molino, la ferrería, el puente...

- **Centro de Interpretación Medieval de Segura:** ubicado en la villa que data del año 1256, muestra el estilo de vida de la Edad Media.
- **Museo Zumalakarregi de Ormaiztegi:** muestra la vida del general carlista Tomas de Zumalakarregi y su hermano Miguel, político liberal, haciendo un repaso a la historia del siglo XIX en el País Vasco.
- **Paisaje Cultural de Zerain:** está formado por el museo etnográfico, la antigua serrería hidráulica, la cárcel y una tienda de artesanía.
- **Complejo Minero de Aizpea:** se puede visitar una antigua explotación minera y sus galerías.





## Camino de Santiago y ferias

Por el Goierri transcurre el Camino de Santiago del interior, que se convierte en Camino Real a su paso por esta comarca: el túnel de San Adrián y las montañas de las Basque Highlands, hacen de esta etapa, una de las más espectaculares de todo el Camino. En el año 2015, el Camino de Santiago del Norte fue declarado Patrimonio Mundial de la Humanidad por la UNESCO, así como el Túnel de San Adrián, hito en el Camino.

Las tradiciones locales son también parte importante de la cultura: las demostraciones de deporte rural, el juego de bolos en Zerain... Destaca la Semana Santa de Segura, el campeonato de baile al suelo del País Vasco que se celebra en Segura en octubre, y las degustaciones en las fiestas de las localidades de la comarca.



## Ferias de Primavera:

- 23 de marzo, Segurako Udaberri azoka.
- 23 de abril, Ordiziako Artzai eguna.
- 3-4 de mayo, Gazta Azoka en Idiazabal.



## COMER EN GIPUZKOA

ALBIZTURKO  
OSTATUAALUBIADAS, COCINA TRADICIONAL  
Y TOQUE CATALAN

La catalana **Marta Deulofeu** dirige desde diciembre de 2021 este Ostatu situado en los bajos del Ayuntamiento de Albitzur 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 Bonito, Txipirones a la plancha, Chuletillas de cordero, Costilla de cerdo... y, como no, **alubiadadas completas** con todos los sacramentos todos los días de la semana. Los viernes se sirve pintxo-pote por las tardes. **Menú: 14€ Menú fin de semana: 32€ Alubiadadas: 27€** (Iva y bebida incluida) **Cierra:** Tardes de lunes a jueves (lunes y miércoles hasta las 17:00; martes y jueves hasta las 20:00).

## ALBIZTUR

HERRIKO PLAZA  
TEL. 943 00 59 22

## TXINTXARRI

PARA TODAS LAS EDADES  
Y PRESUPUESTOS

## ALEGIA

ERBETA, 2

TEL. 943 65 07 21

[www.restaurantetxintxarri.com](http://www.restaurantetxintxarri.com)ALTZOKO  
OSTATUACOCINA TRADICIONAL Y MENÚS  
DE DIARIO Y FIN DE SEMANA

**Jokin Zavala** y su mujer **Aran Rodriguez** 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 Cochinitillo, el Cordero o el Cabrito asados a baya 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.

## ALTZO

HERRIKO PLAZA  
943 65 22 62

## TOKI ALAI

COCINA DESENFADADA CON OP-  
CION VEGETARIANA Y VEGANA

## ARAMA

HERRIKO PLAZA  
683 47 33 46

**Maider Carceller** dirige este acogedor restaurante en el que practica 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, Puntaletas con vieira, Txipis a la plancha con majado "Toki Alai", Kokotxas de bacalao en salsa verde, Bacalao al pil-pil, 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: 35-40€ Platos combinados: 14€ Menú del día: 14,50€. Cierra:** Lunes tarde.

**NOTA:** Debido al continuo aumento de precio de las materias primas debido a la inflación y la situación económica y energética, **los precios de los menús y cartas oscilan a menudo**, por lo que los aquí indicados son solo orientativos.

**gipuzkoa**

## SANTA ANA

COCINA TRADICIONAL DE MERCADO CON TOQUES DE AUTOR



**Iñaki Pildain**, dirige este coqueto hotel- restaurante, edificado en la parcela que en su día abrigó a su caserío familiar. La cocina de Iñaki, chef con amplia experiencia en los fogones, es de **corte tradicional con toques innovadores** que acercan sus creaciones a la denominada cocina de autor. Iñaki Pildain es todo un maestro en el manejo de los **productos de temporada**: Habitas o alcachofas con hueso escalfado, o el cordero a baja temperatura que termina a 220 grados para darle ese toque crujiente tan delicioso, son algunos ejemplos de su sapiencia culinaria, todo ello sin olvidar la exquisita elaboración de karapairos en temporada y los helados y sorbetes naturales. **Menú degustación: 38,00€. Carta de raciones, hamburguesas caseras y platos combinados.** La cocina cierra las noches y los lunes. Terraza con vistas maravillosas y parking propio. **Tarjetas:** Todas.

## ARRASATE

URIBARRI AUZOA, 37  
TEL. 943 79 49 39  
620 733 179  
[www.santaanamondragon.com](http://www.santaanamondragon.com)

## URKIOLA

NUEVA ETAPA, MISMA ESENCE, DE LA MANO DE INIGO URKIOLA



## BELAUSTEGI BASERRIA

DONDE EL TIEMPO DESCANS... Y LOS SENTIDOS DESPIERTAN



Rodeado de bellos y bucólicos paisajes, Belaustegi, el caserío natal de **Josu Muguerza** es un lugar para el disfrute, para acudir en pareja o pequeños grupos y disfrutar de su cuidada carta, su decoración rústica y sus **comedores privados para 2, 5 y 6 personas**. La carta es tradicional con pinceladas de autor y toques internacionales: Atún rojo con reducción de cítricos, miel, teriyaki y soja; Queso de cabra con jamón de pato, cebolla caramelizada, sésamo y miel; Cecina de bisteck con queso de Mausitx; Cochinitillo confitado a baja temperatura con su jugo; Pescados a la parrilla. Tres chocolates con helado de mandarina; Tarta de queso.... Belaustegi acoge **bodas de hasta 115 personas**, y cuenta con una atractiva jaima veraniega. **Carta: 40-50€. Menú del día: 19,80€ (En terraza: 24,20€). Menú degustación: 48,40€. Tarjetas: Todas. Cierra: Noches de domingo y lunes, y martes todo el día.**

## ELGOIBAR

ALTO DE SAN MIGUEL  
(CTRA. ELGOIBAR-MARKINA)  
TEL. 943 74 31 02  
[www.belaustegi.com](http://www.belaustegi.com)

## TOPA OSTATUA

BAR, TIENDA, RESTAURANTE...  
UN ESPACIO DE ENCUENTRO



## EZKIO

Bº STA LUCIA, 9  
943 72 95 37

**Margari Arruti** dirige desde 2019 y con la impagable ayuda de **Edurne Zubillaga** Topa Ostatua, un variopinto espacio en el que encontraremos desde un bar con una amplia variedad de pintxos y raciones especializado, principalmente en sus **enormes bocadillos**, hasta un **restaurante** con dos comedores y una amplia terraza, pasando por una **pequeña tienda** en la que se ofrecen productos de caserío (huevos, pan, verduras...) hasta los artículos habituales de la compra diaria. En sus especialidades destacan las Ensaladas, Pimientos rellenos, Albóndigas, Callos, Carne guisada, Bacalao con tomate, Txipirones en su tinta, Pollos asados.... **Menú del día: 14 €. Menú de fin de semana: 29 €.** También ofrece **platos combinados** desde 14 euros.

**NOTA:** Debido al continuo aumento de precio de las materias primas debido a la inflación y la situación económica y energética, **los precios de los menús y cartas oscilan a menudo**, por lo que los aquí indicados son solo orientativos.

## TRIPONTZI

COCINA TRADICIONAL VASCA CON UN GRAN SELLO PERSONAL



**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 Txuleton de viejo con piquillos confitados... Los fines de semana, además de carta se ofrece un **espectacular menú degustación** de 7-8 platos 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).

## HERNANI

ANDRA MARI, 11  
943 55 57 24

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

## 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)



**Jon Couso Apeztegia**, ahora unido a **Xabier Izquierro**, dirige este precioso restaurante en pleno "frente de mar" ofreciendo su versión de platos ancestrales de nuestra gastronomía, practicando una cocina tradicional en la que el producto, el sabor y la calidad marcan la pauta. 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 cochinchino o cordero lechal; Lenguado del Cantábrico a la brasa con bixigarri y panaderas; Txuleta a la parrilla; Tarta de queso; Gâteau Basque; **Carta:** 50-60€ **Menú:** 25€ (No disponible en verano) **Menú "gautxori":** 40€ (Noches de invierno) **Cierra:** Lunes noche y martes. En verano, ofrecen la posibilidad de comer a la carta en la terraza con vistas a la ría.

## CILÁNTROPO

TAQUERÍA Y RESTAURANTE CON ESTILO Y BARRIO



**César Sánchez Serna**, chef y profesor mexicano establecido en Irun dirige culinariamente, asociado con **Olbin Urbina** este restaurante Mexicano que cuenta con su zona de **taquería**, donde César prepara de cara al público tacos de Cochinita Pibil, Suadero (ternera desmigada) o Pastor o pintxos como Guacamole con txistorra, mientras que en sus mesas pueden degustarse dichos tacos u otras **especialidades** como Chilaquiles verdes (Nachos con salsa de tomate verde, pollo y queso Chihuahua), Arrachera (falda del chuleton con patatas, guacamole y cebollas asadas), Tiramisú de tequila, Tarta de tres leches... **Carta:** 20-30€ **Tacos:** 3,20€ (Combo 3 tacos: 9€; Combo 5 tacos: 15€) **Cierra:** Martes.

## IRUN

LUIS MARIANO, 15  
TEL. 943 09 02 71

[elcilantroporestaurante](http://elcilantroporestaurante.com)

## HERRIKO ETXEA

LA COCINA DE JAVI PENAS

## LASARTE-ORIA

KALBARIO KALEA, 7  
TEL. 943 33 37 18



**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 píkoteo. Destacan en carta especialidades como Cecina de León con pan de cristal y tomate, Carpaccio de txuleta, Ensalada de bacalao, Cogote de merluza, Cochinchillo a baja temperatura, Postres caseros... **Menú del día:** 22€ **Carta:** 40-45€ **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



**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 encontrarnos 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.

## LASARTE-ORIA

ORIA ETORBIDEA, 12  
TEL. 943 04 62 97  
[www.casahumada.com](http://www.casahumada.com)

## ZEZILIONEA

COCINA DE MERCADO  
Y SABOR FAMILIAR



## OLABERRIA

HERRIKO PLAZA, Z/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 Ugutz 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 Ugutz cuenta con una cuidada y amplia variedad que abarca desde Txakolí elaborados a 1 Km. del local hasta vinos de Borgoña, Riesling, Italia, Jura, Ródano... **Especialidades:** Verduras 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

## GURUTZE-BERRI



GRAN RESTAURANTE FAMILIAR Y  
HOTEL A LOS PIES DE PEÑAS DE AIA



Hotel Restaurante familiar en un precioso entorno, fundado en 1969 por los actuales propietarios. **Xabier Zapiain** 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 perdiz 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.

## OIARTZUN

PLAZA BIZARDOA, 7.  
(CTRA OIARTZUN-IRUN)  
TEL. 943 49 06 25  
[www.gurutzeberri.com](http://www.gurutzeberri.com)

## MARTÍNEZ

TRADICIÓN Y PARRILLA  
EN PLENO CENTRO DE ORDIZIA



## ORDIZIA

SANTA MARIA, 10  
TEL. 943 89 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, Beldi-haudí 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

ORENDAINGO  
OSTATUA

25 AÑOS DE AUTENTICIDAD



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 caseríos**, con especialidades como Ensalada templada de gulas y gambas, Alubias, Manitas rebozadas, 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**

## BOTARRI

INTERESANTES MENÚS  
Y COCINA A LA PARRILLA

**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 chuleton 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.

## ORENDAIN

EROSARIO PLAZA  
TEL. 943 65 30 48

## KUKO

GARAIAK GARAIAKOA



## ORMAIZTEGI

BERJALDEGI PLAZA  
TF. 943 88 28 93

**Iñaki Telleria e Iñigo Urkijo** dirigen este restaurante dotado de una clara filosofía: 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 juste medida y ofreciendo una carta de vinos variada y muy personal. **Menú del día (2 entrantes fijos, principal y postre a elegir): 32€ Menú "Pikoteo" (2 entrantes, pescado, carne y 2 postres): 40€ (Ambos menús, de lunes a jueves, con bebida incluida). Menú de Mercado (8 platos: 2 entrantes, pescado, carne y 2 postres): 46,00€ (De lunes a sábado, bebida aparte). Cierra: Domingos. Cenas: Sólo viernes.**

## TOLOSA

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

## FRONTÓN TOLOSA

REFORTELCIDO 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 Orbea)** 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 pinxos 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.

**NOTA:** Debido al continuo aumento de precio de las materias primas debido a la inflación y la situación económica y energética, **los precios de los menús y cartas oscilan a menudo**, por lo que los aquí indicados son solo orientativos.

**gipuzkoa**

## TOLOSALDEA



RESTAURACIÓN DE CALIDAD  
LAS 24 HORAS DEL DÍA



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** cuida 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:** 15,50 € **Menú fin de semana:** 29,50 € **Platos combinados:** 13,50-23,50 € **No cierra**

## TOLOSA

CTR. N-1, KM. 432  
TEL. 943 65 06 56

## ARTZABAL

MENÚ DEL DÍA, RACIONES Y  
COCINA TRADICIONAL



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 **criterios Kilómetro 0**. Destacan la Ensalada Artzabal o la de Queso de cabra, Nuggets caseros, Txipirones plancha, Alitas de langostino fritas con salsa de sidra, Postres caseros... así como **hamburguesas km 0, raciones, pintxos, platos combinados y bocadillos**. Extenso parque ante el restaurante con columpios, frontón y una atractiva tirolina. **Carta:** 15-30€. **Menú del día:** 13,60€ (15 con café) **Menú fin de semana:** 25,90€. **Medio Menú:** 8,90€. **Menús grupos:** Entre 16 y 36 €. **Alubiaida:** 22,50€ (Bebida aparte)

## ZERAINGO OSTATUA

COCINA TRADICIONAL CON LA  
FIRMA DE AIERT IZAGIRRE



El segurataria **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 **tradición, 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; Kotoktas 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.

## ZERAIN

UDALETXEKO PLAZA

TEL. 943 80 17 99

Facebook: Zeraingo Ostatua  
Berria Aiert Izagirre

## URZUBI

NOVEDADES  
CONSTANTES



El 15 de junio ha cumplido **2 años** este establecimiento dirigido por **Mikel Etxaniz, Iñaki Ruiz y Diego Cuartero**, que recientemente han fichado al cocinero legazpiarra **Sabin Agirreburualde**, que ofrece una **propuesta gastronómica tradicional presentada y cocinada con mimo** en la que encontramos diariamente **sugerencias** como Txipirones en su tinta, Merluza rellena con salsa de bogavante, Berenjenas rellenas, Morros y/o callos en salsa, Oreja rebozada o en salsa, Albóndigas, Espárragos en salsa de hongos... sin olvidar su **oferta habitual** en la que destacan los Huevos Rotos con jamón, sus solicitadas **Hamburguesas y sus raciones** variadas. Es de destacar asimismo su completa **barra de pintxos** en la que sobresalen sus excelentes **tortillas de patatas**, así como la atención que prestan a la **cerveza artesana**.

## 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 Sopa de pescado, 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; Terrina de foie casero... así como carnes y pescados frescos a la parrilla de carbón. Acogedor comedor con vistas al exterior. **Carta: 55-60€ Menú Aldanondo: 32€ (Bebida aparte) Cierra:** Domingo noche y lunes.

## AMALUR

NUEVAS CARAS EN  
UN CLÁSICO DE GROS

## DONOSTIA

KARKIZANO, 7  
(GROS)  
TEL. 634 705 113

**Sergio Galhardo**, joven hostelero curtido durante 10 años en la Bodega Donostiarra dirige desde julio de 2024 este inimitable bar de Gros famoso por sus **especialidades de toda la vida** como los **Pollos** y los **Codillos** asados al momento, las Codornices asadas, los Caracoles a la riojana, los Higadillos de pollo encebollados... Sergio prepara, además, una hermosa **paella mixta** todos los días que, literalmente, vuela, y ofrece **cenas todos los días** pues la **cocina permanece abierta** de manera ininterrumpida **hasta las 23:30**. Entre las novedades ofrecidas por este nuevo responsable está la posibilidad de hacer el pedido por **WhatsApp** y el servicio a domicilio por Glovo. **Menú del día:** (8 primeros y 8 segundos) 16€ **Menú fin de Semana:** 24€ **Cierra:** Martes

ARATZ  
ERRETEGIATRADICIÓN, MODERNIDAD,  
CALIDAD E IDENTIDAD

## DONOSTIA

IGARA BIDEA 15  
(IBAETA)  
TEL. 943 21 92 04[www.restaurantearatz.com](http://www.restaurantearatz.com)

**Iker y Xabier Zabaleta** llevan más de 33 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** (Chuleton de viejo, Besugo, Rodaballo, Lenguado...) y otras exquisitencias como Ensalada templada de bogavante o de langosta, Pétalos de haba salteados con hongos y yema ecológica, Pimientos rellenos de txangurro, Hongos plancha con foie y salsa agrodulce, Kokotxas en salsa o rebozadas, Sorbete de bacalao 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 50€ **Menú del día:** 15€

## BERGARA

CLÁSICO ENTRE CLÁSICOS,  
ACTUALIZADO A SU TIEMPO

## DONOSTIA

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

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 antoñas, Cocktail Bergara, Txalupa, Udarberri, Itxaso, Revuelto de antoñas con piquillos...) y las **nuevas incorporaciones** (Hamburguesa de tomate raf con dátil y bacalao, Gratificado 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.

**NOTA:** Debido al continuo aumento de precio de las materias primas debido a la inflación y la situación económica y energética, **los precios de los menús y cartas oscilan a menudo**, por lo que los aquí indicados son solo orientativos.

donostia

## CAFÉ VIENA

PINTXOS, COMBINADOS Y CAFÉS  
EN UN LOCAL CÉNTRICO Y ACOGEDOR



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 picantes, Espinacas con bechamel y dos quesos, Croquetas, Tortilla de patata... "El Viena" es igualmente conocido por su exitoso "**Vermouth Viena**" que viene a ofrecer 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.

## DONOSTIA

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

## DONOSTIA

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

## CASA UROLA

IMPECABLE PRODUCTO DE TEM-  
PORADA, PARRILLA Y PINTXOS



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, encontrándose, 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 ajoblanco y vinagreta de café... **Carta:** 50 € **Cierra:** Martes

## EL VASKITO SAGARDOTEKA



NUEVA ETAPA EN UN ESTABLECIMIENTO ESPECTACULAR



## DONOSTIA

IGARA BIDEA, 33  
(IBAETA)  
TEL. 943 27 36 19

## DONOSTIA

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

## ETXEIBE PUB

AUTENTICIDAD Y CASTA  
EN UN LOCAL INIMITABLE



**Iñaki Azkue** se ha trasladado a finales de 2023 a las instalaciones de lo que en su día fue la **sidería Urkiola**, en Ibaeta, y que los últimos años habían albergado el **asador Garrote Grill de Martín Berasategui** hasta que éste decidió cerrar el restaurante. Tras una etapa bajo el nombre "**Baxarri Sagardoteka**", Iñaki ha decidido trasladar a este local el concepto de El Vaskito, con lo que, por una parte, **el imponente caserío cuenta con una zona dedicada a "Sagardoteka"** con cuatro kuperas diferentes y menús típicos de sidería, y, por otra, **una zona dedicada a El Vaskito** que, al igual que el local original, será **cálida y acogedora** y contará con la **excelente cocina de producto** que le ha hecho célebre a lo largo de los años que ha mantenido su restaurante en Erratoburu, estructurada en menús con una excelente relación calidad-precio. **Menú JL:** 24 € **Menú Baxarri:** 39 € **Menú Centollo:** 42 € **Menú Centollo 2:** 48 € **Carta:** 70-80 €

**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 quedó 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.

**NOTA:** Debido al continuo aumento de precio de las materias primas debido a la inflación y la situación económica y energética, **los precios de los menús y cartas oscilan a menudo**, por lo que los aquí indicados son solo orientativos.

## HAIZPE

PINTXOS CASEROS Y TRADICIONALES EN INTXAURRONDO



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 relleno de langostino, ganadora del **Campeonato de Cocina Alcorta-Martín Berastegui**, su excelente tortilla de patatas, sus Tortillas variadas, sus **Pintxos de barra y sus cazelitas 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

## DONOSTIA

PLAZA SAGASTI-EDER, 12  
(INTXAURRONDO)  
-Accesible en metro desde  
Amara, Easo y Antiguo-

## INTZA

90 AÑOS EN MANOS DE LA MISMA FAMILIA... Y ADELANTE !!



**Koldo Astrain** dirige este mítico bar restaurante fundado por su abuela Paulina Garmendia y que **este año cumplirá 90 años** de su apertura. Y cuenta para ello con la ayuda en cocina de su mujer, **Inés Acero**, su cuñada, **Luz María**, y su hijo **Asier**, cuarta generación familiar al frente del negocio. Dotado de una atractiva **terraza cubierta** en pleno corazón de la Parte Vieja, en Intza podemos disfrutar de **especialidades tradicionales** como Bacalao encebollado, Manitas, Callos caseros, Antxoxas rebozadas, Ajoarriero... en barra cuenta con una atractiva **selección de pintxos** destacando la "Tortilla de ropa vieja" aprendida de su abuela, o el Revuelto de hongos. Precios populares y ambiente familiar en uno de los locales más auténticos de "lo viejo". **Cierra:** Lunes y martes.

## IRRINTZ

UN BAR DE BARRIO  
EN MITAD DE LA PARTE VIEJA



"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 Irrintz los **Bokatas**, manteniendo la **calidad que tenía el Irrintz original** (Tortillas de todo tipo, Lomo o Pechuga de Pavo con pimientos, queso y/o vegetal, Bocadillo "Irrintz" -Calamares, ali-oli y cebolla caramelizada-...), los **Pintxos** fríos y calientes y las **Raciones** (Cecina de León, Ensalada de tomate con bonito escabecheado, Mejillón de roca, Ostras por unidad...). **Cierra:** Domingo tarde y martes.

## DONOSTIA

PESCADERIA, 12  
(PARTE VIEJA)  
@irrintz\_taberna

## 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 encebollado; Bacalao al ajoarriero; Sopa de pescado; Kokotxas rebozadas; 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**

## KATA-4 OYSTER BAR

OSTRAS, VINOS, VERMOUTHS  
... Y COCINA VASCA



Han pasado ya 13 años desde que **Goiko y Eulalia** abrieron el primer establecimiento dedicado a las ostras en Donostia con **más de 8 variedades de ostras** según la temporada del año, para degustar en el local o llevarlas abiertas a casa, tanto por unidades como por medias docenas o docenas. También se ofrecen preparadas como la Ostra gratinada con salsa holandesa o el pintxo de Ostra en tempura sobre brioche. La carta, dirigida por el chef **Carlos Silva** ofrece platos de **cocina vasca** salpicados de **propuestas peruanas** como 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 de la semana: 31€ Cierra: Domingo.**

## DONOSTIA

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

## MARIÑELA

4<sup>ª</sup> TEMPORADA DE LA MANO DE  
IÑAKI AZKUE "EL VASKITO"



**Iñaki Azkue**, responsable del restaurante El Vaskito, ha retomado, tras las exitosas etapas vividas entre 2022 y 2024 el restaurante Mariñela, en pleno muelue donostiarra, ofreciendo una **cocina de puerto sencilla con precios asequibles para todos los públicos** y especialidades como Sardinas, Rape a la plancha con panaderas, Merluza de anzuelo del día, Puntillitas fritas, Txipiron plancha, Tomate de la huerta aliñado con bonito, Mejillones con tomate picante, Almejas Mariñela, Gambas de Huelva a la plancha, Bogavante azul, Antxoas fritas, Tarta de queso... Con su preciosa terraza con vistas al puerto, Mariñela es también un lugar **ideal para disfrutar del tardeo** con un buen Gin-tonic, cervezas variadas, embutidos de Álvaro Parra, latas de conservas de calidad... **Menú Mariñela: 50€ (Bebida aparte) Carta: 50-55€ Cierra: Lunes**

## PIÑUDI

TRADICIÓN Y SABOR Y RAÍCES  
EN CADA BOCADO



La **cocina paraguaya**, una cocina plena de sabor tradición que mezcla raíces guaraníes y españolas es la característica principal del Bar Piñudi desde que lo dirige **Adriana Bogado**, que ofrece especialidades de su país como las Empanadas paraguayas, (de carne, de pollo, de jamón y queso...), Milanesas de vacuno, Costilla de cerdo asada...Entre sus **raciones** destacan las croquetas de jamón y las altitas de pollo sin olvidar especialidades como el Piracaldo (sopa o caldo de pescado) o la Sopa Paraguaya que al contrario de lo que parece es un plato sólido elaborado con harina de maíz, queso, huevo... y mucho cariño. En Piñudi cobran gran importancia los **productos de temporada** y las verduras se compran diariamente en la Bretxa. **Cierra: Lunes.**

## DONOSTIA

NARRIKA, 27  
(PARTE VIEJA)  
TEL. 943 24 36 31

## PORTUETXE

COCINA DE MERCADO Y EXCELENTE PARRILLA EN IGARA

## DONOSTIA

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



**Javier Bereciartua y Josetxo 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€**

## TERESATXO

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



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**.

## DONOSTIA

AV. ZARAUTZ, 85  
(LOREA)  
TEL. 943 21 33 08  
[www.teresatxo.com](http://www.teresatxo.com)

## TXOLA

AKEITA, TXOLA TA TXOKOLA



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



**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, Pulplo 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.

## DONOSTIA

PLAZA TRINIDAD, 2  
(PARTE VIEJA).  
TEL. 943 44 10 07  
[www.txuletarestaurante.com](http://www.txuletarestaurante.com)

## XANTI

COCINA TRADICIONAL, CAZA Y  
PESCADOS A LA PLANCHA



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.

**NOTA:** Debido al continuo aumento de precio de las materias primas debido a la inflación y la situación económica y energética, **los precios de los menús y cartas oscilan a menudo**, por lo que los aquí indicados son solo orientativos.

euskal herria



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

Más información acerca  
de estos restaurantes en...

**www.ondojan.com**

 *tu gastronet!*

## 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 85 € (bebida aparte). **Menú del Choko** (3 aperitivos + 3 entrantes + 1 pescado + 1 carne + 2 postres + petit fours); desde 85 € (bebida aparte).

## KROMATIKO

COCINA CON RAÍZ LOCAL  
Y VISION INTERNACIONAL



## VITORIA-GASTEIZ

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

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



Abierto en 2020, Kromatiko **conjuga cocina tradicional y vanguardia con toques internacionales e intercontinentales**. Osadía, frescura y técnica definen una propuesta divertida y cambiante desarrollada por **Aitor Etxenike** en cocina y **Zurie Kim** en sala, en la que técnica y brasa adquieren una importancia vital llevando marcado en el ADN el **respeto a la tierra y los pequeños productores**. La oferta culinaria se resume en dos menús degustación: **Iris** (10 pases, 75 €) disponible todos los días y **Little Iris** (8 pases, 65 €) disponible sábado noche, único día en que se sirven cenas. También cuentan con un **menú degustación diario** de 5 pases que se sirve de martes a viernes mediodía al precio de 38,50 €. **Cierra:** lunes

## 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 con un museo del vino inclusivo y una premiada experiencia 4D, en el que además de **más de 250 referencias de vinos de D.O.Ca. Rioja** encontraremos una excelente cocina tradicional de la mano del chef **Jon Ander Mardaras** y su equipo, que se ofrece a través de menús como el "**Menú de Temporada**" (31,95€ sin bebidas); el "**Menú Asador Vintage**" (41,75€ sin bebidas) o el "**Menú Infantil Gente Menuda**" (17,95€). Especialidades: Carpaccio de novilla de Rioja Alavesa con helado cremoso de aceite AOVE Arróniz; Callos, patas y morros de ternera al estilo de la abuela Luchi; Pimientos rellenos de carne al estilo de la abuela Luchi; Chuleta de vaca de Montaña Alavesa a la brasa con pimientos asados al sarmiento y patatas fritas de Álava; Torrija con crema de la abuela Luchi.

**CHAMORRO**CARNICERÍA, CHARCUTERÍA...  
Y GASTRONOMÍA**DONOSTIA**C/ CARQUIZANO, 6 (GROS)  
TELF. 943 32 16 72  
MERC. GROS (PUERTO 2)  
TEL. 943 50 80 53

Leo Chamorro lleva casi 30 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 cuenta con un Máster de Charcutería en la escuela de Argiñano y varios Cursos con Luis Irizar, lo que le ha posibilitado el poder elaborar diariamente gran cantidad de **platos en su obrador propio**, como Albóndigas, Lasaña, Muslo relleno en salsa, Croquetas, Codillo y Pollo asado, etc...

**LA TORTILLA  
DEL ZABAleta**TORTILLA CASERA ELABORA-  
DA AL MOMENTO**DONOSTIA**JOSÉ ARANA, 16 (GROS)  
TEL. 843 640 108  
641 550 318

Mencionada en medios internacionales como el **Washington 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.

**PASTELERÍA TRADICIONAL**

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

**Tfno. para encargos: 943 424 637****Garibay 1 (Boulevard), DONOSTIA****En IRUN: Genaro Etxeandia 1 y Paseo de Colón 43****ZESTOA**ETZIOLA KALEA, 1  
TEL. 943 14 81 34  
[www.laiakoenada.com](http://www.laiakoenada.com)**LAIAK**MÁS QUE UNA SIMPLE  
TIENDA DE VINOS

Desde 2014, **Xabier Etxabe** dirige, en pleno centro de Zestoa y en los bajos de la casa "Lizentziadokua", datada del siglo XVI, este completo establecimiento dedicado principalmente a su pasión, el vino, pero en el que también encontraremos **todo tipo de productos gourmet como embutidos, quesos, dulces, legumbres ecológicas, conservas muy especiales...** Laik es más que una tienda pues su inquieto propietario organiza a menudo catas de vino, campeonatos, jornadas vinícolas... Xabier Etxabe es, además, un pozo de sabiduría enológica con lo que no tiene ningún empacho en **informar** a sus clientes sobre las características de sus vinos para que éstos encuentren el más acorde a sus gustos. Incluso podemos **degustarlos** en la tienda antes de decidirnos. Sin duda, un lugar de visita imprescindible para gourmets y disfrutones.

## BACALAO URANZU

ORIGEN, CALIDAD, VARIEDAD Y PROFESIONALIDAD

## DONOSTIA MERCADO DE LA BRETXA P-2 ERRENTERIA CENTRO COM. NIESSEN



Andoni Pablo y Rakel Corchero regenta, desde 2007 este cuidado puesto hoy situado en La Bretxa donostiarra **al que hay que añadir un segundo puesto en ERRENTERIA** 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 Uranzu, **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 Uranzu una corta pero cuidada variedad de **productos delicatessen** como Miel de las Hurdes, Aceite de las Garrigas... Más información en **Facebook** y en [www.bacalaosuranzu.com](http://www.bacalaosuranzu.com)

## PESQUERÍA ESPE

COME BIEN,  
COCINA PESADO

## DONOSTIA

MERCADO DE LA BRETXA,  
PUESTO 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 Pasai**, 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 | PASTELERIA ARTESANA

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

**JOSÉ MANUEL CRESPO, "CRISPI" GANADOR DEL PRIMER CAMPEONATO DE TORTILLA DE ESPAÑA**

# "NO SOY DE CRUDOS, CEVICHES Y ESAS CARALLADAS"

**Josema Azpeitia / caricatura: Javier Etayo "Tasio"**

José Manuel Crespo, "Crispi", es toda una celebrity en Galicia y es imposible pasear con él por La Coruña sin ser saludado por docenas de personas. Nacido en 1950 en Coirós, una pequeña aldea junto a Betanzos, mamó desde pequeño la cultura de la tortilla local ya que su familia tenía restaurantes referenciales como Los Chas, La Casilla, el Manjar... Hubo un tiempo en que no quiso ser cocinero y se dedicó a la moda, a la cosmética, a la peletería... incluso llegó a ser el propietario de "Don Pepe", "la discoteca más importante que hubo en Coruña" asegura. Al fallecer su padre, en 1990 decidió reabrir en un nuevo emplazamiento el restaurante familiar, El Manjar, llevándolo a la calle Alfredo Vicente y convirtiéndolo en una referencia gastronómica de primer orden. En 1999 ganó el primer Campeonato de Tortilla de Patatas dentro del Congreso "Lo Mejor de La Gastronomía" en Donostia, lo que fue uno de sus mayores momentos de gloria. Aunque se jubiló en 2015 sigue activo... mucho más activo que muchos trabajadores actuales.

## **¿Además de la gastronomía, qué aficiones cultivas?**

Me gusta mucho el cine antiguo y el cine de humor. Las películas de Alfredo Landa las vería 14 veces... y Airbag me encantó. No me gusta el nuevo cine... Y me gusta mucho también el deporte. En su día jugué al fútbol...

## **¿Cuál es tu lugar favorito en Coruña capital? ¿Y en la provincia?**

En la capital me encanta todo el paseo marítimo. Y en la provincia los puebletos, sobre todo los de costa.

## **¿Cuál fue tu mejor viaje?**

He hecho tantos... Chile, la Isla de Pascua, Argentina... he estado en todos los continentes.

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

Es que ya te digo, he estado en todas partes. Ahora me gusta más estar aquí, con los míos.

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

Que sea sincera

## **¿Y qué detestas en una persona?**

La prepotencia.

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

La gran experiencia eran las comidas que preparaba mi madre, Josefina Fraga Rivera. Era buenísima.

## **Tu trabajo se ha desarrollado alrededor de los productos gallegos... ¿Cuál de**

**ellos es tu o favorito?** Me gustan muchas cosas, sobre todo las cosas de siempre, las típicas, las tradicionales... Las ferias del pulpo, la carne al caldeiro, una buena empanada... Que estén las cosas buenas, eso me gusta.

**¿Y hay algún producto o plato con el que no puedas de ninguna manera?** No soy de crudos ni de ceviches ni de esas caralladas... esa no es mi cultura..

**Tu especialidad ha sido y es la tortilla de patatas. ¿Cómo es la tortilla perfecta?**

Sobre todo, que sea buena. Buena calidad de huevo, buena calidad de patata, si es posible Kennebec Especial.

Buen aceite, suave. Saber freír bien la patata, huevos que no falten, bien levantados, trabajados. Tiene que quedar con una capa exterior fina, como una filloa. Que esté jugosa, líquida, pero que no esté cruda.

**¿Qué sitios de Galicia nos recomiendas para comer tortilla?** Si estoy en La Coruña voy a O Cabo o a O Remo

**¿Y aparte de la tortilla, cuál es tu receta o plato favorito para comer?**

Algo rico de cuchara como unas buenas alubias. También me encanta la caza, o una buena caldeirada de pescado.. Y sobre todo, me gusta comer las cosas de temporada en su momento adecuado. Siempre he dicho que las cerezas hay que comerlas en manga corta.

**¿Nos puedes recomendar algunos buenos sitios para**



**comer en Galicia?** Hay tantos... Para comer cocina tradicional rica, como un buen cabrito asado, es muy bueno Casa Ríos, en Xesteda, y si quiero pulpo, no hay como el que prepara Ainhoa Neira, de la Pulpeira de Gemma y Ainhoa... son buenisísimas !!

**Sabemos que te mueves mucho... ¿Alguna recomendación fuera de Galicia?** En Asturias hay que ir a casa Gerardo, y en Madrid a Gonzava. Son mis favoritos.

**Has venido varias veces por el País Vasco... ¿Algún lugar que te haya gustado especialmente en nuestra tierra?**

Tengo tantos amigos en el País Vasco que me llevan continuamente de un sitio a otro y no soy capaz de acordarme. Me gustó mucho un restaurante de San Sebastián al que me llevó Rafa (por Rafael García Santos): Casa Urola, en la Parte Vieja.

**¿Crees que la Gastronomía Gallega se encuentra en un buen momento?** No me gusta mucho lo que están haciendo los jóvenes. Para ser un buen cocinero hay que aprender primero a cocinar bien, y para eso hay que nacer y hay que trabajar mucho antes de ejercer... y gente mayor, que sepa hacer las cosas con cariño y bien... ya queda muy poca. Nadie sabe hacer ya un buen espeto... y en las casas los padres ya no cocinan. Trabajan los dos y los críos comen precocinados... eso trae un futuro muy complicado.

**¿Qué consecuencias crees que traerá la actual situación post-pandemia, crisis económica mediante, al mundo de la cocina y la restauración?** Creo que van a



venir momentos complicados en España, porque los negocios necesitan gente pero la gente no quiere trabajar. Si no se soluciona el tema de las bajas muchas tiendas van a tener que cerrar... hay que buscar una solución a esta situación.

## EN PRIMAVERA, DISFRUTA DE LAS MEJORES VERDURAS



DÉJATE SEDUCIR POR  
LA HUERTA NAVARRA



**Asier Martínez**  
Frutas y verduras de la Ribera

- ESPÁRRAGOS EXTRA
- ALCACHOFA DE TUDELA
- ACHICORIA (para cocer y ensalada)
- GUISES
- JUDÍA FINA
- BISALTO O TIRABEQUES
- HABAS FINAS
- COGOLLOS DE TUDELA
- LECHUGA BLANCA DE TUDELA
- ACELGAS
- BORRAJA
- ESPINACA
- TOMATE FEO
- PIMIENTO DE GERNIKA
- OLIVAS CASERAS
- CEBOLLA EN MANOJOS
- AJOS TIERNOS

DE TUDELA A TU CASA!!

HAZ TU PEDIDO EN EL TFNO: 636 411 345  
ENVÍOS A TODO EL PAÍS

# Bai Reformas

ERAIKUNTZAK - ERREFORMAK

ERRESTAURAZIOAK - BARNE DISEINUA

Polígono Guardia 4 - Idiazabal 20213

943 88 76 40 - 677 577 339

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

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

ERAUKUSKETA BERRIA  
DUGU, ETORRI  
BISITATZERA!



Goardia Ind. 4,  
Idiazabal.



Jarraitu gure  
facebooka

