



En la imagen, interior de Mugaritz. Abajo, el equipo de Mugaritz en la cocina.



Notas cálidas de pimienta y capuchinas con frutas del mercado.

“Es un reflejo de la sociedad. Me gusta recordar que comemos como vivimos”

## MUGARITZ, Guipúzcoa

Aunque no está inscrito en el programa Slow Food, la filosofía de Andoni Luis Aduriz sigue la línea que marca el Km 0 en esa búsqueda de lo orgánico. El enclave en que se encuentra Mugaritz —en la frontera entre Errenteria y Astigarraga— y su vegetación conforman el paisaje perfecto para disfrutar de los colores y sabores de la comida —que identificarás en la propia naturaleza.

Por otro lado, la cocina de Aduriz es arriesgada y, aunque su producto es el de toda la vida, en Mugaritz desafían las convenciones. *¿La comida acaba con el postre?*, es una de las preguntas que ellos mismos se hacen. “Nuestra cocina no deja de ser el relato de una forma de entender la gastronomía, así como una manera de estar en el mundo y de comprometernos con nuestros clientes, cultura y entorno. Hoy en día, que no hay carta, nuestra propuesta se presenta en forma de secuencias que buscan conmovir, contando algo. Son metáforas comestibles, presentadas con limpieza, austeridad y contención. Nos gustan los platos con dos o tres elementos más que las composiciones repletas de ingredientes”, explica Andoni.

Adquieren sus productos de los case-ríos, lonjas y granjas cercanas. Recogen sus propias hierbas silvestres y cultivan lo que no puedan obtener del entorno. Para generar riqueza entre los productores



locales, en Mugaritz prefieren no disponer de un huerto al uso que compita con los vecinos. “Nuestra labor consiste en estimularles y ayudarles a mejorar”, confiesa Aduriz.

Las reglas y ciclos de la naturaleza dictan la propuesta gastronómica de Mugaritz. “Si estamos en temporada de melocotones y entendemos que solo hay un kilo que es excepcional, seis u ocho de nuestros clientes de ese día comerán melocotón en el menú. Hacer cocina de temporada es un handicap importante, pero lo es mucho más la autoexigencia”. Esta autoexigencia y la superación han llevado a Andoni a ser uno de los chefs españoles de mayor nivel

en el panorama mundial, con una montaña de reconocimientos —el Premio Nacional de Gastronomía en 2002, tres soles en la Guía Campsa, su segunda estrella Michelin en 2005...

Y, ¿hacia dónde se dirige la cocina? “Es un reflejo de la sociedad. No me atrevería a decir que hay un único tipo de sociedad, por lo que tampoco diría que la cocina es un ente compacto y sólido. Me gusta recordar que comemos como vivimos, y si fuésemos capaces de predecir cómo vamos a vivir en el futuro, te diré como será la cocina que haremos”. Como siempre se ha dicho, somos lo que comemos. ([www.mugaritz.com](http://www.mugaritz.com))

POR LUCÍA ESCUDERO. FOTOS: CORTESÍA DE MUGARITZ.



En la imagen, *parfait* de liebre sobre natilla de azafrán del Jiloca y dulce de cebolla monquelina. A la derecha, exterior e interior de El Sequé. Abajo, José Luis García.



## EL SEQUÉ, Alicante

Rodeada de viñedos, en plena sierra alicantina, se encuentra la casa rural El Sequé. Sus propietarios han reformado el interior del edificio —una antigua casa de labranza—, manteniendo su estructura y estética originales. Además de las cuatro habitaciones, los salones, la biblioteca y el patio, el tesoro de El Sequé es su restaurante. El chef, José Luis García, pertenece al programa Slow Food desde 2009 —fecha en que conoció a Josep Marco Sansano, secretario de Slow Food España—, aunque cuando abrió su restaurante diez años antes ya trabajaba este tipo de cocina.

Lo curioso de El Sequé es la ausencia de carta. “Los clientes reciben de nuestro equipo de sala una información privilegiada sobre variedades y razas autóctonas, sobre los sabores, el origen y las bondades de aquello que van a consumir”, explica el chef. Por eso, el restaurante funciona mediante encargos —para no congelar ninguno de los productos—, porque la elaboración de ciertos platos puede llevar de cuatro a doce horas de preparación.

Y aunque algunos se refieran al Km 0 como una tendencia que acabará perdiendo fuerza, para José Luis se trata del futuro culinario: “Tenemos productos de sabor único, limpios de pesticidas y transgénicos, respetuosos con el medioambiente, que representan la cultura y el acervo de un pueblo, que ayudan a su sostenibilidad y que remuneran de una manera justa al pequeño productor. ¿Se puede pedir más? Pues sí, ponerlos en manos de cocineros enamorados de su trabajo”. El viaje que emprenden algunos alimentos que importamos estropea el producto tre-

mendamente, por eso, la ética es uno de los pilares del programa Slow Food; una ética en favor de la tierra y de sus productores, y también de la salud. “Son tantas las ventajas de esta forma de trabajar para la sociedad y el medio ambiente, que ya no podría hacerlo de otro modo. La producción de estos alimentos dejará un mundo más limpio y más justo, y favorecer la economía local repercute directamente en un bien común en nuestras poblaciones. Dicho así parece muy utópico, algo irreal, pero la experiencia nos está demostrando que funciona”. Y sí funciona, cada vez son más los cocineros que se adhieren al proyecto Km 0.

Desde deliciosas hamburguesas hasta elaborados platos con algunas estrellas Michelin, el Km 0 asume tanta variedad de creaciones como productos ofrezca la geografía. Lo que a todos representa, según José Luis García, es la autenticidad: “Esto es algo de lo que carecen los transgénicos, la comida basura y la producción intensiva”. ([www.elseque.com](http://www.elseque.com))



Koldo Miranda en la cocina.



Interior del restaurante D'Miranda.

“Va más allá de la gastronomía. Son principios que se tienen en la vida. Somos un eslabón entre el pasado y el futuro”

## D'MIRANDA, Avilés

De un caserío de finales del siglo XVIII a la torre del Centro Niemeyer de Avilés. Este es el salto que ha dado Koldo Miranda en diez años. Su primera localización le sirvió al asturiano para potenciar su imagen de marca y desarrollar su cocina. Por el emplazamiento y las características del caserío, se empezaron a celebrar diferentes tipos de eventos que fusionaban la gastronomía con la música y otras formas de espectáculo con un lenguaje más festivo. Entonces llegó la oportunidad de abrir otro restaurante en el imponente mirador de la torre del Centro Niemeyer. “No quería tener dos sitios con cartas que se solaparan, así que hemos renovado el formato del restaurante original, donde celebramos fiestas, cócteles y hasta traemos a Dj's con renombre, y la alta gastronomía la hemos dejado para D' Miranda”, explica Koldo.

En cualquier caso, ya fuera desde el caserío, o ahora desde las alturas, Koldo siempre ha seguido la filosofía Km 0. Oficialmente es miembro de Slow Food



Yucas fritas KM deluxe con sus salsas.

desde hace tres años, aunque siempre ha abogado por la cocina de terruño y raíz. “Más que una filosofía, para mí se trata de los principios de un cocinero, es algo intrínseco en mí”, describe Miranda.

Este acercamiento a los productos locales significa para Koldo despertar en la gastronomía: “Estábamos atontados. Es una cuestión de historia, un compromiso con la madre tierra para nosotros y nuestros hijos”. Además de cultivar algunas flores, en D'Miranda obtienen la materia prima de los ganaderos y agricultores vecinos, a los que asesoran a la hora de decidir qué tipo de animal desarrollar o qué hortaliza culti-

var. Después, y a partir del producto que tengan, desarrollan la carta. “Hacemos guiños a diferentes cocinas del mundo, sobre todo Latinoamérica y Asia. Utilizando lo local, añadimos a los platos gustos y sabores de otros lugares, y creo que es la clave del éxito de mi cocina”, reconoce el chef. El pilar de su cocina reside en la utilización de alimentos de

temporada, los más cercanos, a ser posible. “No tengo un porcentaje fijo de producto local en mis platos. Siempre introduzco lo máximo posible, pero no es algo tan riguroso”, cuenta.

No quiere hablar de modas ni de tendencias; para Koldo Miranda, la cocina de proximidad siempre tendrá un futuro: “Va más allá de la gastronomía. Son principios morales que se tienen en la vida, el respeto hacia lo que te rodea, y es nuestro deber inculcarlo en las escuelas. Debemos transmitir nuestro legado. Somos un eslabón entre el pasado y el futuro”.

([www.dmiranda360.com](http://www.dmiranda360.com))



## EL RINCÓN DE ANTONIO, Zamora

Antonio González de las Heras es un enamorado de su tierra, Zamora. En 1999 fundó el rincón que lleva su nombre en una casona del siglo XIX situada en el casco histórico de la ciudad, entre la Plaza Mayor y la catedral. Bien anclado en la tradición zamorana y rodeado del mejor conjunto de arquitectura románica de toda la península ibérica, El Rincón de Antonio lleva a cabo una cocina tradicional –pero actualizada–, potenciada por los mejores productos de su tierra. Además, este es un negocio familiar, pues los hermanos de Antonio, Manuela y Ricardo, también trabajan en la cocina y en sala respectivamente.

Antonio conoció el programa Slow Food hace unos años; entonces, compartiendo su filosofía, se hizo socio: “Empecé a consumir productos del Arca del Gusto que ellos ofrecen, y descubrí que llevaba años aplicando en mi restaurante la filosofía Km 0 sin saberlo”, explica el chef. Antonio no se ha hecho cocinero Km 0, sino que nació cocinero Km 0. Desde sus inicios, ha trabajado con productores locales siempre que le ha sido posible.

Él es uno de esos rigurosos seguidores de todos los puntos que el programa comprende y un gran defensor de los beneficios que aporta. “Estimulamos la economía local, ayudamos al pequeño productor que tiene tantas dificultades en estos momentos para mantener a flote sus negocios. La proximidad siempre supone menor transporte y en consecuencia, menor contaminación, menos intermediarios. Además, esa proximidad nos permite conocer lo que se produce y cómo se produce. Todo esto nos garantiza una mejor calidad en lo que yo finalmente ofrezco en mi restaurante a los comensales”. Al igual que el resto de sus colegas, Antonio realiza adaptaciones en la carta cada temporada –unas tres veces al año–, aunque algunos platos puede



Retrato de Antonio González.



En la imagen, interior de El rincón de Antonio. A la izquierda, berberechos al cava, tomate confitado y crema de coliflor.

mantenerlos siempre. En la carta de vinos, por supuesto, también practica Slow Food. Dispone de más de ochocientas referencias, entre las que las de procedencia castellanoleonesa cuentan con buena representación.

Y aunque Antonio es un Km 0 de pies a cabeza, no renuncia a la utilización de materias que no provengan del polémico radio de 100 Km: “Es cierto que en el momento de elegir los alimentos siempre priorizamos los producidos en nuestra zona, de modo que, en mi caso, alrededor del 60-70 % de los ingredientes de los platos se elaboran con materia prima zamorana. No obstante, nuestra localización geográfica condiciona el número de productos a nuestro alcance, por lo que algunos son

adquiridos, lógicamente, en otras regiones; aquí no tenemos mar. Pero siempre buscamos que hayan sido producidos u obtenidos de manera sostenible”, reconoce Antonio.

Después de una experimentada trayectoria en el mundo de la cocina, Antonio prefiere no hablar de tendencia cuando se trata de Km 0: “Es una realidad, una forma de elegir productos buenos y cercanos, que aportan a nuestros platos calidad y a nuestra economía sostenibilidad”.

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



Interior de La Polpa. Abajo, solomillo con espárragos trigueros.

Abajo, Carles Estopiñán trabajando en la cocina.



## LAPOLPA, Barcelona

El gusto por la utilización de productos de proximidad no sólo se reduce a esos restaurantes familiares esparcidos por pueblos y localidades del territorio español. La Polpa, en Barcelona, es un buen ejemplo de que la historia detrás de un proyecto auténtico y afrontado con ganas, no tiene por qué remontarse a una tradición casi ancestral.

Para empezar, La Polpa pertenece a Andilana, un importante grupo empresarial que es dueño de restaurantes y hoteles en España y en el extranjero. Lo que comenzó con la apertura del hostel Vostra Llar de Palamós en 1958, ha ido evolucionando hasta convertirse en esta empresa, madre de establecimientos con un diseño cuidado y emplazados en lugares exclusivos. La Polpa es uno de esos locales. Siempre con el objetivo de ofrecer cocina mediterránea en todos

los restaurantes del grupo Andilana, hasta hace muy poco, La Polpa fusionaba este tipo de sabores con toques orientales. Ahora, ellos también quieren dar un paso hacia el concepto Slow Food: “Hace un tiempo empezamos a plantearnos cómo incorporar esta iniciativa a nuestra cocina. Nos atrajo la idea de ofrecer productos de temporada y proximidad aportando a la vez un aire nuevo a nuestra carta”, explica Carles Estopiñán, chef ejecutivo de Andilana y responsable de La Polpa.

Lo que les atrajo del Km 0 era el mundo de posibilidades que se abre al trabajar mano a mano con los productores locales: desde conocer sus inquietudes, pasando por el uso de productos frescos y el consecuente mejor trato al medio ambiente, hasta la recuperación de tradiciones gastronómicas que estaban a punto de extinguirse. La creatividad y la versatilidad del menú son un plus para Estopiñán: “Te permite jugar con el cambio de estaciones, ofrecer más y mejores sugerencias a los comensales, establecer una dinámica más activa a la hora de confeccionar los menús...—aun así— todavía es necesario recurrir a algún producto de fuera para acabar de afinar un plato, como por ejemplo, un curry o una especie determinada”. Precisamente, este es uno de los miedos del chef, que la nueva faceta Km 0 de La Polpa suponga un freno a

la hora de elaborar platos con materias que no estén al alcance de los productores locales. “Hemos decidido empezar paso a paso, con una primera incursión. Nuestra premisa es utilizar de un 75% a un 80 % de producto de proximidad sin renunciar a otros productos”, explica Carles. Un porcentaje elevado que es el que, en realidad, asumen la mayoría de restaurantes que se apegan al Slow Food.

¿Y cómo han recibido la iniciativa los clientes habituales de La Polpa? “En general hemos tenido una buena acogida. Muchos clientes lo agradecen, pero otros todavía la desconocen y se interesan por ella preguntando su significado y sus beneficios”, analiza el chef. Por suerte, que la cocina mediterránea sea un requisito indispensable en Andilana, hará que la adaptación al Km 0 se realice prácticamente sin querer.

Desde La Polpa y su local inspirado en las antiguas tiendas de ultramarinos —con maderas macizas y las estanterías de las vitrinas llenas de envases y botellas—, Carles Estopiñán se embarca en este proyecto, nunca antes llevado a cabo por ninguna otra empresa similar. Quizá este hecho sea un síntoma de que esta es la cocina del futuro, como algunos dicen. “Es un placer sentirnos partícipes de esta iniciativa en la que todos ganamos”, confiesa Carles Estopiñán. ([www.grupandilana.com](http://www.grupandilana.com))



En la imagen, exterior de El Lago. A la derecha, Diego del Río y Paco García. En la imagen del plato, carpaccio de gamba blanca y jugo de sus cabezas con aguacate y pesto de albahaca.



## EL LAGO, Marbella

Es el único restaurante de la provincia de Málaga que cuenta con el distintivo de Km 0. Cansados de la globalización que está teniendo lugar en la cocina, su meta reside en labrarse un sello personal que les diferencie del resto de restaurantes. “Fue aproximadamente hace cinco años cuando profundizamos en esta línea. Estábamos un poco cansados de que en muchos de los restaurantes de alta gastronomía de toda España los productos que se utilizaran fueran muy similares, algo que llevaba a una cierta homogeneización en las propuestas. Buscábamos nuestras señas de identidad propias, que estaban en nuestra tierra, en sus huertas y costas. En sus viñedos y olivares. El objetivo era convertirse en la expresión gastronómica del entorno donde nos encontramos”, explica Paco García, director de El Lago. Y su localización es envidiable. El restaurante se encuentra frente a un lago de la casa-club del Greenlife Golf de Marbella, dentro de la urbanización Elviria Hills. Desde su apertura en el año 2000, El Lago ya se ha llevado, entre otros galardones, una estrella Michelin en 2005 y un premio Paul Schiff a Diego del Río

como mejor jefe de cocina.

Aunque el proceso de adopción del programa Slow Food ha sido “tranquilo” para el equipo del restaurante, según cuenta Paco García, su cocina ha ido cambiando poco a poco: “El compromiso con los productores ha ido aumentando paulatinamente y estamos trabajando en un línea conjunta para que se vayan adaptando a los niveles de exclusividad que exige un restaurante de alta gastronomía como El Lago. Nuestra cocina era más atrevida al principio y se ha relajado para poder transmitir mejor toda la esencia de los sabores”. Este trato cercano con los productores ha despertado en el restaurante el interés por su tierra; les ha llevado a descubrir algunas variedades de frutas y hortalizas que se estaban perdiendo y a transmitir este respeto tanto a los clientes como a sus colegas de profesión. Desde luego, al principio exigía más atención en saber las temporadas de cada producto, pero después, este diálogo entre productor y cocinero se convierte en una relación natural que deriva en un trato cercano. Para los clientes de El Lago, esta aproximación a las raíces de Andalucía ha supuesto una revelación

para el paladar. “Una de las experiencias que hemos realizado con más éxito es estimularles a que volvieran a disfrutar del sabor de los tomates de toda la vida. Uno de los platos más sencillos de nuestra carta, el tomate del terreno semiseco con queso de cabra de Archidona, rúcula, membrillo y piñones, realizado exclusivamente con producto de cercanía, tiene un enorme éxito precisamente porque el tomate sabe a auténtico tomate”, cuenta Paco. Pero no todos los lugares tienen a su alcance materias primas tan variadas como el sur de España. ¿Qué sucede cuando hay que dejar de trabajar con ciertos alimentos? “No se trata de renunciar a un ingrediente fundamental para redondear una plato. No se trata de renunciar a la riqueza y diversidad gastronómica que ha aportado la globalización. Se trata de unir lo mejor de nuestra tierra a las ventajas de la sociedad global”, defiende Paco García. En su caso, siempre con el sello de autor y la esencia de El Lago, claro. ([www.restauranteellago.com](http://www.restauranteellago.com)) ■