



Melchor, Gaspar y Baltasar están ya de camino para cumplir los deseos de todos los amantes de la gastronomía

REYES MAGOS CON UN LIBRO DE RECETAS BAJO EL BRAZO

TCOMO

PILAR SALAS (EFE) / MADRID

Todo lo que se puede explicar sobre la pizza -casi 2.000 páginas-, una cruzada contra el analfabetismo gastronómico, conciliarse con las verduras, escoger vinos que se salen de la norma o no errar en cócteles y postres son solo algunos de los mejores disfrutes culinarios en papel para regalar estas fiestas.

Más de 160.000 kilómetros han recorrido Nathan Myhrvold y Francisco Migoya para probar las mejores pizzas y conocer su historia antes de escribir *Modernist Pizza* (Phaidon), la más imponente obra dedicada a este monumento comestible italiano. Más de 1.000 recetas y el sello de The Cooking Lab,

de donde han salido grandes monográficos sobre la cocina actual o el pan, les avalan.

Con *Cocina o barbarie* (Península), Maria Nicolau (El Ferrer de Tall, Vilanova de Sau, Barcelona) clama contra el «analfabetismo gastronómico y la cultura *delivery*» y sale en defensa de la buena alimentación en una «cruzada quijotesca por hacer de este mundo un lugar mejor a través de la cocina», apoya el triestrellado Dabiz Muñoz (DiverXO, Madrid) en el prólogo. Porque todos deberíamos ser «seres cocinantes» por subsistencia.

Y si nos ponemos a cocinar, una buena guía es *Las recetas de Julie* (Planeta), obra de la popular y viajera francesa Julie Andrieu, protagonista de múltiples programas televisivos, algunos de los cuales llegan a España a través de La 2. Su fórmula es fácil: 150 productos y otras tantas maneras de sacarle el máximo provecho a diario.

O *Cocina en casa* (Debate), donde el periodista gastronómico Pau Arenós desvela las recetas «resultonas» que prepara para su familia como el calamar enrollado; *Las mejores recetas de Directo al Paladar* (Cúpula), web que desde 2005 ha publicado más de 10.000 elabora-

ciones como el *cojondongo* o los clásicos que no deberían olvidarse de Pepe Barrena en *Entre pucheros* y de las dedicadas amas de *Los fogones tradicionales* de Canal Cocina, ambos de Cúpula.

La cocina con vegetales gana adeptos en hogares y restaurantes y entre los múltiples libros publicados este 2022 destaca *Verdupedia* (Planeta Gastro), que firma Rodrigo de la Calle, que ha llevado a El Invernadero al número 2 de Los 100 Mejores Restaurantes de Verduras 2022.

Con este bagaje, De la Calle traslada su «revolución verde» a las casas con propuestas para descubrir que las verduras gustan incluso a quienes aún no lo sepan. La crema de romanesco con pistacho, los calamares de la huerta o el mijo con pimientos y huevos fritos convencerán al carnívoro más recalcitrante.

Incluso una cocina que se asocia a la proteína animal como la mexicana tiene su vertiente vegetal, recopilada por la popular cocinera Margarita Carrillo en *México Gastronomía Vegetariana* (Phaidon), con 400 recetas que recorren este amplio país a través de tacos de chile poblano y queso fundido.

Si se quiere profundizar en la vibrante gastronomía de Ciudad de

México, la mejor opción es el libro homónimo publicado por Cinco Tintas y rubricado por Edson Díaz-Fuentes, quien se encarga de describir desayunos como los tradicionales huevos divorciados, almuerzos con enchiladas de flor de jamaica, tacos multicolores y platos fuertes como el suadero de chachete de res.

VINOS Y CÓCTELES. Pero también hay espacio para los amantes del ámbito líquido, donde sobresalen *Gurú* (Planeta Gastro), una clase magistral de coctelería contemporánea a cargo del argentino Diego Cabrera, de Salmon Guru (Madrid), en el puesto 15 del listado de los 50 Best Bars del mundo, y *Vinos libres*, de la misma editorial y en el que Jordi Luque se abre a nuevas tendencias vinícolas, con vinos naturales que hablan en la copa de historias personales de afanados vinateros.

Y el plato final, el postre, viene de la mano de Montse Abellá con *Emulsionar es mezclar con cariño* (Cúpula), en el que la que fuera responsable de pastelería del extinto biestrellado Santceloni (Madrid) se pone manos a la obra para dar consejos y no fallar en la repostería.

ALGO NUEVO EN LA DESPENSA...

ORO LÍQUIDO

La altitud y el clima continental del olivar Finca Malzapato contribuyen a la calidad excepcional de la variedad Royuela. De producción limitada y la D.O.P. Aceite de La Rioja, destaca por su aroma y recuerdos herbales verdes y cítricos afinados. Además, su sabor auténtico, goloso, con notas sutiles de amargor y prolongada guía picante, seducen el paladar. De 250 y 500 ml, su precio es 4,47 euros y 7,53 euros.



TIENDA VIRTUAL

Llevar a casa productos artesanos y sostenibles de toda España es el objetivo de la nueva tienda en línea de la Guía Repsol. Una cuidadosa selección que incluye, entre otros, vinos de K5; la crema de sake de Coria del Río (Sevilla); los botes de Conservas Sotavento (La Coruña); el panettone y los torrones del alicantino Paco Torreblanca; los polvorones de Delicias de Antequera (Málaga); y las verduras de La Catedral (Navarra).



PARA REGALAR

La Sagra, cerveza premium nacida en 2011 en la región toledana homónima, propone diferentes packs perfectos para regalar en estas fiestas, como la *Cesta Degustación de Madera Seis Estilos*. Una selección ideal para aquellas personas que se inician en la cerveza o quieren descubrir nuevos sabores, elaborada con las más destacadas referencias del portfolio de la marca, elegidas entre las tres categorías que lo conforman: La Sagra clásica, la Doble Malta, la Radler, la Sin Gluten y la o.o.

