

€0,99 | \$1,22 | MEX\$ 24 | S/.4,2 | ¥ 127

REVISTA PARA CURIOSOS Y HAMBRIENTOS

BUENGUSTEROS

NÚMERO 21 | DICIEMBRE 2022

*Burbujas para
celebrar*

viaje a
Bariloche

Tortellini

TAJINE

de pollo caramelizado

RECETAS NAVIDEÑAS

LLENA TU MESA DE MAGIA Y SABOR

Navidad:

En una olla pongo a hervir cáscara de naranja, canela, clavo de olor y aniz estrellado. Saco del horno las galletas de jengibre, cuelo la tisana navideña recién hecha y me siento en mi sofá a disfrutar de este momento del relax.

Mientras las luces del árbol brillan en el living, pienso la cena de esta noche. Todo está listo y dentro de algunas horas empezarán a llegar los invitados. Ya me imagino las risas, los cantos navideños y los gritos de los niños que estarán persiguiéndose alrededor de la gran mesa.

¡Qué momento maravilloso la Navidad! Yo creo definitivamente que el año se divide en dos temporadas: la Navidad y todo el resto del tiempo, en el cual, de hecho, nos preparamos para la llegada de esta gran fiesta. ¿Será por esto que las vacaciones de Navidad justo cierran el año?

Mientras tomo un sorbo de mi tisana caliente, doy un mordisco a las galletas de jengibre... ¡son deliciosas! Las recetas veganas del Martina nunca fallan (pág. 8).

Esta noche abriré la mesa con tostas de hummus, cebolla caramelizada y langostinos que me sugirió la buengustera del mes, Laura (pág. 19). Seguirán unos platos típicos de la cocina italiana navideña: los tortellini en brodo y el brasato al barolo (pág. 4 y 18). También hay una receta halal de Souky: un delicioso tajine de pollo caramelizado (pág. 10).

Para brindar, tenemos diferentes opciones gracias a la formidable guía de vinos espumosos de la rúbrica de Rosy (pág. 16). Ahora que todo está listo, puedo relajarme estas últimas horas leyendo el comic de Nuce wolf (pág. 8) y el artículo sobre el viaje gastronómico en Bariloche (pág. 12). Néstor y Caro siempre me transmiten muchas ganas de viajar y descubrir nuevos platos y aromas en todas las regiones del mundo.



Preparando vino caliente en el episodio 105 del canal EnLaCocinaConMarco

¿Te gustaría ser el próximo/a en salir en Buengusteros?
¡Entonces envíame tu receta!! Mándame los ingredientes y los pasos de tu receta a marco@cocinaconmarco.com
Toma fotos del plato y de ti mientras estás cocinando. ¡Las más originales serán publicadas en Buengusteros!

El team completo de BUENGUSTEROS le desea una serena Navidad y un excelente fin de año ¡rodeados de seres queridos! Ya sean familiares, amigos o mascotas, no importa... ¡lo que importa es que los llenen de amor y buenas vibras!

¡Los quiero mucho!


MARCO GIANCANE
AUTOR

ÍNDICE



10 Tajine
de pollo caramelizado



12 Bariloche
el corazón de la Patagonia argentina

16 Burbujas para celebrar
Guía rápida de vinos espumosos

6 De temporada
lo bueno de esta época en todas las partes mundo.

15 La estrella de la Navidad
Un comic de Pedro Vergara

19 Tosta con hummus
cebolla caramelizada y langostinos

TORTELLINI

La pasta rellena italiana más famosa



Texto de EnLaCocinaConMarco 
Composición de Fiolediz 

Se pueden sazonar con salsa a la boloñesa o saltearlos con manteguilla y salvia pero por Navidad y Noche Buena nosotros, italianos, los servimos con caldo de gallina



DIFICULTAD: Media
TIEMPO: 90 minutos

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

PARA LA MASA

300 g Harina 00
195 g Huevos (alrededor de 3 unidades)

PARA EL RELLENO

100 g Lomo de cerdo
100 g Jamón crudo
100 g Mortadela
150 g Parmigiano Reggiano
1 huevo
Sal, pimienta negra al gusto
Nuez moscada al gusto

PREPARACIÓN

Cogemos el jamón y la mortadela y los picamos en trozos gruesos. Hacemos lo mismo con el lomo. Si tenemos una picadora de carne podemos utilizar el tamaño mediano, si no, podemos picar todo a mano con un buen cuchillo.

Ponemos el todo dentro de un bol y añadimos el queso Parmigiano

Reggiano rallado, una pizca de sal, pimienta y nuez moscada. Amasamos con las manos y añadimos el huevo.

Mezclamos con las manos hasta tener una mezcla homogénea. La pasamos nuevamente en la picadora, utilizando esta vez un molde más pequeño. Formamos una bola, envolvemos con film transparente y dejamos reposar en el frigorífico durante 12 horas.

Por mientras, pasamos a preparar la pasta al huevo.

Vertemos la harina sobre la mesa de trabajo y practicamos al centro un hueco en forma de fuente.

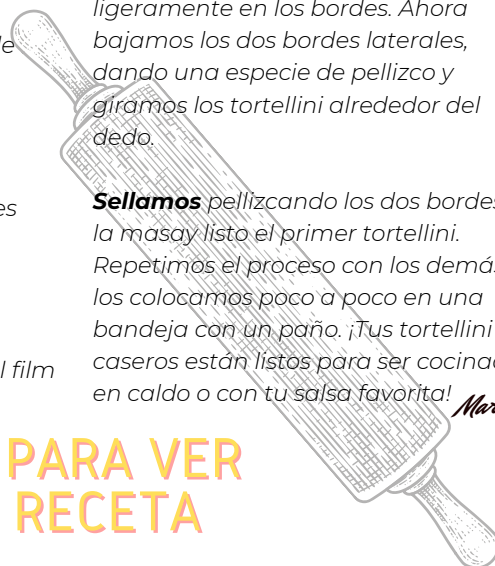
Agregamos los huevos ligeramente batidos y mezclamos los ingredientes con un tenedor. Amasamos hasta obtener una masa homogénea. Tapamos con film transparente y dejamos reposar 30 minutos a temperatura ambiente. Quitamos el film y colocamos la masa

sobre mesa de trabajo. Extendemos la masa con un rodillo largo hasta obtener una lámina muy fina (tan fina que al levantarla podrás vislumbrar lo que hay detrás).

Practicamos cortes verticales distanciados de 3 cm y luego otros horizontales hasta obtener cuadrados. Colocamos una punta del relleno en el centro de cada cuadrado. Llevamos uno de ellos a nuestra mano y lo cerramos de una esquina a la otra para formar un triángulo. Presionamos ligeramente en los bordes. Ahora bajamos los dos bordes laterales, dando una especie de pellizco y giramos los tortellini alrededor del dedo.

Sellamos pellizcando los dos bordes de la masa y listo el primer tortellini. Repetimos el proceso con los demás y los colocamos poco a poco en una bandeja con un paño. ¡Tus tortellini caseros están listos para ser cocinados en caldo o con tu salsa favorita!

Marco





CANADÁ

GOLDEN NUGGET APPLE: es una variedad de manzana norteamericana que se creó en Kentville, Nueva Escocia (Canadá), en 1932. El sabor es dulce y azucarado, y aunque los creadores pensaron que sería una gran manzana de postre, el éxito comercial se vio obstaculizado por su pequeño tamaño. Se usan principalmente para hornear, freír y hacer sidra.

BABY CARROTS: ¿Sabías que las zanahorias baby no son zanahorias jóvenes o inmaduras? A principios de la década de 1980, un agricultor de zanahorias de California encontró una manera de hacer que las zanahorias demasiado pequeñas fueran más atractivas para los consumidores. Hoy, el 70% de las ventas de zanahorias son zanahorias baby.

JUMBO YELLOW PERCH (*Perca flavescens*): En Ontario, cualquier perca de más de 10 pulgadas se llama perca gigante. Lleva carne blanca que tiene un excelente sabor con un toque dulce y una textura firme y desmenuzable.



Felipe Britz

Producción
de **TEMPO**

ARGENTINA

MELÓN: se lo consume como postre directamente, se lo utiliza como recipiente para hacer cócteles con su pulpa o como entrante mezclado con jamón crudo

MORRÓN ROJO: se lo consume en guisados, acompañando carnes o bien a la parrilla, rellenos con queso y huevo

RÓBALO: (*Centropomus undecimalis*) se come a la plancha con salsas cremas variadas, también como una reversion del ceviche o cocidos al vapor con verduras



Néstor

ITALIA



NARANJAS TAROCCO DE SICILIA: esta variedad fue descubierta a principios de 1900 en la zona de Pedagaggi y rápidamente se extendió al sur del volcán Etna, donde existen las mejores condiciones para su desarrollo. Hoy es una de las más apreciadas en Italia



ALCACHOFAS ESPINADAS: Se caracterizan por su hermoso color morado y sus angostas espinas. Su sabor es finísimo, ideal para disfrutarlas hervidas

POTASSOLO (*Micromesistius poutassou*): es poco conocido pero es uno de los pescados más abundantes en el Mar Mediterráneo. Las buenas carnes con un sabor delicado quedan muy bien guisadas o fritas. Este pescado puede ser un gran sustituto del bacalao.



Factos
ORADA



cocinaconmarco



sabordemora

JAPÓN



Shishi yuzu - 獅子柚子 se utiliza en Japón para celebrar fin de año. Se come con toda la cáscara



Nozawana - 野沢菜 llamada así por su pueblo de origen. Es conocido como un ingrediente de los "encurtidos de Nozawana", uno de los tres encurtidos más importantes de Japón.



Sayori - サヨリとは (*Hyporhamphus sajori*): este pez musculoso nos regala una carne compacta y sin grasa y de sabor muy fino. Ideal para sashimi



kumitalia

MARRUECOS



GRANADA - muy pocos lo saben, la granada marroquí "Safri" tiene fama de ser una de las mejores granadas del mundo, gracias a su finísima piel, sus jugosas pepitas y su dulce sabor.



COLIFLOR - se estila mucho comer tajines de coliflor en invierno tanto con carne como con pollo. Además, la gastronomía marroquí presenta varias ensaladas con coliflor tipo "zaaluk".



LENGUADO (*Bathysolea profundicola*) - muy presente en el mercado marroquí, el lenguado es uno de los imprescindibles para las comidas de invierno. Se estila comerlo frito o al horno acompañado de lentejas.

GALLETAS DE JENGIBRE



VISITA LA PÁGINA DE MARTINA



Texto y foto de 
Martina Dibernardo 

Si tuvieras que describir el espíritu navideño, sería con un tarro de galletas especiadas caseras.

Hoy os dejo una receta fácil, aromática y vegana de estas deliciosas galletas.

No es solo una receta, también es una idea de regalo con un bajo impacto ambiental y un gran impacto de amor: puedes prepararlas el día anterior al intercambio de regalos, colocándolas en una cajita de lata decorada o si no puedes prepararlas, puedes poner los ingredientes secos en un tarro transparente y adjuntar una nota con los ingredientes líquidos y la receta, para que la persona a la que le has donado el tarro tenga todo lo necesario para hacer las galletas en casa.



DIFICULTAD: fácil

TIEMPO: 90 minutos

INGREDIENTES PARA 2 COPAS

- 245 g de harina de trigo
- 50 g de panela
- 4 g de mezcla para galletas navideñas*
- 5 g de levadura instantánea
- Una pizca de sal
- 30 g de sirope de dátiles
- 50 g de leche de soja a temperatura ambiente
- 70 g de aceite de semilla de girasol

* Canela, jengibre, nuez moscada, clavo, regaliz, anís verde.

PREPARACIÓN

En un recipiente, derrite la panela y las especias en el aceite.

Añadir la leche de soja, la sal y el sirope de dátiles.

Obtenido un compuesto líquido, sin grumos, agregar la harina y la levadura.

Amasar con las manos en el bol, hasta obtener una bola tersa; envolver la bola en film transparente y dejar reposar en la nevera durante una hora.

Estirar la masa entre dos hojas de papel hasta que tenga un grosor de unos 4 mm.

Usa tus cortadores de galletas favoritos para cortar las galletas. Volver a

amasar el sobrante y formar nuevas galletas hasta agotarlo. Hornear en horno precalentado a 175 grados estáticos, en el centro del horno. Según el grosor, las galletas estarán listas en unos 12 minutos.

Saldrán suaves pero luego se vuelven crujientes, fuera del horno. Dejar enfriar completamente antes de colocarlas en un recipiente.

Espero que te haya gustado esta receta, sígueme en Instagram para no perderte ninguna más.

¡Te deseo una Navidad llena de amor y familia!

Martina



TAJINE

DE POLLO CAMELIZADO



VISITA LA PÁGINA
DE SOUKI



Texto y foto de 
Sabor de Mora 

¿Llega Navidad y buscas un plato para sorprender a tus invitados? Aquí te presentamos un plato único de la gastronomía marroquí, donde se encuentra el dulce y el salado. Es el famoso Tajine de pollo caramelizado con cebolla y frutos secos. ¡Más abajo, los pasos para descubrir esta delicia!

DIFICULTAD: fácil

TIEMPO: 1 hora y 30 minutos

PARA: 4 personas

Ingredientes:

- o 4 muslos de pollo
- o 4 cebollas
- o 1 ramita de perejil
- o Pasas
- o Albaricoques secos
- o Ciruelas secas
- o ½ limón confitado (opcional)
- o Especies: sal, pimienta negra, jengibre molido, cúrcuma molida, azafrán, canela molida, canela en rama
- o 4 dientes de ajo
- o 2 cdas. de miel
- o AOVE

Preparación:

1) En un cuenco colocamos el pollo previamente lavado con zumo de limón y bien escurrido. Le añadimos una cucharadita de cada especia: sal, pimienta negra, jengibre molido y cúrcuma. Media

cucharadita de canela molida, el azafrán previamente metido en infusión (medio vasito de agua) y el ajo rallado. Mezclamos bien y dejamos el pollo absorber las especias durante 30 minutos.

2) Mientras tanto, colocamos nuestro tajine encima de un fuego medio y añadimos un chorrito de AOVE y 2 cebollas picadas en Brunoise.

3) Tapamos el tajine durante 10 minutos hasta que se deshace un poco la cebolla, y luego, agregamos el pollo.

4) Seguimos con la preparación de los ingredientes que faltan para colocarlos todos de una vez en el tajine: mojamos los frutos secos en agua caliente, cortamos las dos cebollas que nos quedan en láminas julianas y cortamos el limón confitado en láminas también.

5) Una vez el pollo empieza a coger color, le ponemos encima por orden nuestros

ingredientes: el limón confitado, la mitad de las pasas, la cebolla, la otra mitad de las pasas, los albaricoques y las ciruelas. La rama de canela y la ramita de perejil.

6) Dejamos nuestro tajine bien cerrado a fuego bajo durante una hora. Cada 15 minutos abrimos el tajine y con una cuchara cogemos la salsa y la vertemos encima del pollo. El tajine no necesita agua, a fuego lento los ingredientes sacan su caldo natural y es suficiente para la cocción.

7) Cuando el pollo esté hecho, quitamos la rama de perejil y la rama de canela, y añadimos la miel encima. Dejamos caramelizar a fuego medio durante 10 minutos antes de la presentación.

8) A la hora de servir nuestro tajine, podemos presentarlo así, o también podemos decorarlo con almendras picadas, nueces o simplemente con sésamo según el gusto. Eso le da también un toque crujiente.

*¡Buen Provecho!
Souki*



HAZ CLICK PARA VER
LA VIDEO RECETA



Bariloche



Texto y fotos
de Néstor y
Carolina



VISITA SUS
PÁGINAS

*Hola amigos Buengusteros, somos Néstor y Caro...
en esta oportunidad te llevamos a conocer la
ciudad de San Carlos de Bariloche, ubicada
en el sur de nuestro querido país*

Según nosotros es uno de los lugares más bonitos de Argentina y le tenemos un lugar particular en nuestro corazón.

Así que, sin perder más tiempo, te contamos todo lo que podés hacer cuando vayas...

📍 Recorrer el Parque Nacional Nahuel Huapi

El mayor atractivo de Bariloche es su parque nacional Nahuel Huapi. Los visitantes pueden simplemente conducir y admirar el paisaje desde el automóvil,

📍 Centro Cívico Bariloche

Dentro del Centro Cívico se encuentra el museo de Bariloche. Contiene una serie de exhibiciones relacionadas con la historia del parque nacional y sus alrededores, específicamente hallazgos arqueológicos, historia natural y artefactos indígenas.

📍 Esquí en el Cerro Catedral

Cerro Catedral es el destino de esquí más popular de la zona de Bariloche

y está a un corto trayecto en autobús del centro de la ciudad. Es una estación de esquí típica, pero su característica destacada son las vistas del lago Nahuel Huapi y el parque nacional circundante.

📍 Recorrer los senderos a los refugios

Bariloche tiene una gran oferta para los amantes del senderismo o trekking.

📍 Relajarse en las playas de Bariloche

Las playas de Bariloche son una excelente opción para el verano, cuando las temperaturas pueden ser bastante altas.

📍 Visitar la Isla Victoria

Dentro del Parque Nacional Nahuel Huapi se encuentra la Isla Victoria, una pequeña isla en el lago Nahuel Huapi a la que se puede acceder en un corto viaje en bote.

📍 La ruta del chocolate y la cerveza

Para que coincida con la famosa



arquitectura alpina de Bariloche, hay numerosas tiendas de chocolate especializadas en el centro de la ciudad para que los visitantes disfruten.

📍 **Colonia Suiza**

Este hermoso pueblo está ubicado a pocos kilómetros del centro de Bariloche y es posible llegar fácilmente en transporte público. Territorio poblado por inmigrantes suizos a finales del siglo XIX.

Excursión al Cerro Tronador

📍 El Cerro Tronador en el Parque Nacional Nahuel Huapi es la montaña más alta de la región lacustre de Argentina. Al pie de la montaña, los visitantes pueden ver los glaciares, que se pueden escuchar crujir, especialmente cuando caen grandes trozos de hielo.

Recorrer la Ruta de los 7 Lagos

📍 Este circuito atraviesa el Parque Nacional Lanín y el Parque Nacional Nahuel Huapi, junto a los siete lagos que le dan nombre al camino a lo largo de unos 110 kilómetros y ofrece uno de los paisajes más hermosos que se pueden ver en el mundo. Esta ruta se puede hacer tanto en auto como en bicicleta.

BITÁCORA DE VIAJE

Día 1: Apenas nos bajamos del avión y dado que el aeropuerto está un poco alejado del centro hotelero, nos tomamos un taxi. Esta vez elegimos para hospedarnos Península Petit Hotel, un lugar hermoso anclado en las orillas del Lago Nahuel Huapi, donde la naturaleza todos los días nos regala un paisaje único e irrepetible. Luego de llegar ¡y acomodarnos! nos dirigimos al centro cívico de la ciudad, donde podemos conocer toda la historia del lugar, así como también comprar todo tipo de artesanías y alimentos locales entre los que se destacan la fabricación de chocolate y cerveza artesanal. Ya llegado el mediodía fuimos a almorzar a EL PATACÓN, un restó pequeño, pero bien ambientado, dedicado exclusivamente a las carnes asadas, más precisamente la de cordero. Nos elegimos como entrada

unas sabrosas empanadas fritas y, como plato principal, un bife de cordero cocido a la perfección acompañado con una ensalada fresca y un exquisito vino Malbec de bodegas del Sur. Luego nos fuimos a recorrer el centro en búsqueda de regalos y compras.... Por la tarde y como es nuestra marca registrada nos fuimos al living del hotel a tomar unos mates con la imponente vista del lago de fondo.... Un lugar para quedarse horas y horas hablando y mateando. Por la noche salimos a cenar A LO DE ALBERTO, un famoso bodegón de la zona donde se puede degustar una gran variedad de platos gourmet que son un deleite al paladar. Nos elegimos salmón grillado con crema de puerros y timbal de arroz... sencillamente, una exquisitez.

Día 2: Bariloche es un lugar con múltiples excursiones y este día elegimos hacer ascensión al Cerro Catedral. Desde muy temprano teníamos todo listo y con nuestros equipos de nieve ya puestos emprendimos el viaje.... Ya el solo recorrido hasta llegar al lugar es una seguidilla de paisajes únicos que invitan a sacar foto tras foto. Al llegar hicimos la fila en la aerosilla para realizar el ascenso y hacer cumbre donde se encuentra un bar temático y pistas de esquí y otras actividades como la bajada en trineos o el popular culipatín. Como no practicamos esquí, fuimos al bar a degustar una taza de chocolate caliente y la acompañamos con un wafle de frutos rojos y una tarta de mousse de frutilla con cobertura de chocolate. No hay palabras para describir el fabuloso balance de sabor y acidez en cada preparación. Luego fuimos a hacer una recorrida para tomar fotos del maravilloso paisaje y hacer algunas actividades. Al regreso y como estábamos cansados fuimos directamente a cenar a la CERVECERÍA BLEST, un lugar muy típico alemán donde producen una de las mejores cervezas de la zona, aquí pedimos la picada alemana y la picada de carnes locales... una mejor que la otra y



obviamente acompañados por unas frescas y riquísimas pintas... lugar muy pintoresco y cálido, donde la calidad de lo que te sirven es superada únicamente por la atención del personal.

Día 3: Este día fue elegido para hacer la que a nuestro parecer es la excursión más bonita, donde se puede convivir con la naturaleza y apreciar todo lo que ella nos regala en cada paisaje. Es una excursión larga pero vale la pena hacerla más de una vez para seguir encontrando cosas hermosas en cada paraje... fuimos primeramente a recorrer los 7 lagos donde se puede ver la inmensidad del lugar y las aguas cristalinas, luego de ello paramos a almorzar en la famosa CERVECERÍA PATAGONIA donde probamos unas sabrosas salchichas alemanas a la parrilla con provoleta y papas fritas rústicas y con la cerveza homónima del lugar..... luego seguimos viaje al ya reconocido mundialmente punto panorámico. Qué decir de este lugar... ¡¡por Dios!! Se pone la piel de gallina de solo recordar este paisaje, deja atónito hasta al más incrédulo, una belleza por donde se lo mire, un paisaje sin desperdicios... Ya por la tarde y como para cerrar una de las mejores excursiones que hemos realizado fuimos a conocer el imponente hotel LLAO LLAO anclado en uno de los lugares con mejor vista de la región y con una de las mejores gastronomías no solamente de la región, sino del país. Un verdadero hotel 5 estrellas, en un paisaje 10 estrellas. Por la noche fuimos a cenar a FAMILIA WEISS RESTAURANTE un lugar muy icónico de la zona donde degustamos lo que todo turista que

venga a estos parajes debe hacer, el famoso y renombrado cordero patagónico con papas fritas.... Una carne asada de sabor fuerte, sabroso y muy característico de la zona.

Día 4: En nuestro último día, luego de tomarnos como todas las mañanas un buen desayuno continental que nos da el hotel, decidimos hacer una visita más amplia al centro cívico y conocer las hermosas playas que nos regala el lago Nahuel Huapi, un paseo romántico y relajante por toda la parte comercial y turística de esta hermosa ciudad, pasando primero por locales muy coloridos y vistosos que invitan a comprar todo lo que se ofrece en cada vitrina, para luego ir a sentarnos al mirador en las orillas del lago y contemplar ese inmenso y hermoso espejo de agua cristalina. Al mediodía hicimos una parada rápida para almorzar y así poder seguir con nuestro recorrido en EL BAR DEL TÍO, para probar una exquisita pizza de rúcula y jamón crudo al horno de barro, que se derretía en la boca. Luego seguimos paseando toda la tarde. Al llegar la noche fuimos a ducharnos y preparar las valijas para emprender nuestro regreso pero no sin antes salir a cenar al RINCÓN PATAGÓNICO para comer un exquisito asado patagónico bien completo y con todo el sabor de haber sido cocido al asador, algo bien típico argentino. Luego emprendimos nuestro regreso a casa habiendo estado en uno de los paisajes más hermosos de nuestro querido país, tan grande, tan virtuoso y con tantos hermosos parajes que se necesitan muchos viajes para poder conocerlo.....



MARCO Y TEDDY



Y EN ESTA HERMOSA
NOCHE DE NAVIDAD,
ESTE AÑO, TU SERÁS
LA ESTRELLA DE LA
FIESTA QUERIDO TEDDY.

Burbujas para celebrar

Guía rápida de vinos espumosos



VISITA LA
PÁGINA
DE ROSY



RÚBRICA DE VINOS CON ROSY

Escrito por:

Rosybel Rojas

@lavinotecaderosy

Periodista y Sommelier

Llegamos a diciembre, una de las épocas del año en donde se respira felicidad, esperanza y júbilo. En estas fechas salen a relucir los vinos espumosos, sinónimo de alegría y festividad. En esta entrega quiero compartir contigo unos breves tips para que elijas con facilidad las burbujas más deliciosas para celebrar la Navidad o el Año Nuevo.

Los vinos espumosos son aquellos vinos que poseen burbujas gracias a una segunda fermentación en botella (método champenoise) o en grandes depósitos de acero inoxidable (método charmat). El aspecto clave a tener en cuenta en este tipo de vinos es que esas burbujas de CO₂ se forman de manera endógena y no por adición de gas carbónico (en este caso estaríamos hablando de vinos gasificados).

La diferencia más destacada está principalmente en la finura y elegancia de las burbujas de los vinos espumosos en comparación con las burbujas que encontramos en los vinos gasificados que suelen ser más grandes, robustas y menos delicadas en boca. La sensación táctil de las burbujas en los vinos gasificados resultan más agresivas y generalmente dan esa sensación penetrante que tienen las gaseosas.

En cambio, las burbujas de los vinos espumosos suelen sentirse más suaves y

cremosas, dejando una sensación chispeante en boca. Ya las demás características como dulzor, cuerpo, color, aromas va a depender del tipo de espumoso que se elija.

En todo caso, los invito a experimentar y probar siempre vinos diferentes ya que nunca sabes qué estás por descubrir y no querrás perderte algo que pueda impresionarte y regalarte verdaderos momentos de placer.

Ahora bien, existen múltiples factores que debes tener en cuenta a la hora de elegir un espumoso para tu fiesta de Navidad o fin de año. Sin embargo, mi recomendación es que te fijas en la etiqueta de la botella y tengas en cuenta estos tres aspectos:

- Zona o país de elaboración
- Método de elaboración
- Contenido de azúcar

Vamos a ver punto por punto.

Zona o país de elaboración

Existen tantos vinos como países que elaboran verdaderos ejemplares de vinos espumosos, no obstante: Francia, Italia, España y Alemania tienen vinos espumosos de fama mundial que vale la pena probar.

En Francia: busca estos nombres en la etiqueta: Champagne, Crémant, Saumur, Vouvray.

En Italia: Prosecco, Franciacorta, Trento, Asto, Brachetto D'acqui, Lambrusco.

En España: Cava, Corpinnat, Classic Penedés.

En Alemania: Sekt, Schaumwein, Qualitätsschaumwein.

También en países como Australia, Nueva Zelanda, Sudáfrica, Estados Unidos, Chile y Argentina encuentras buenos vinos espumosos que los puedes identificar mediante la mención: Sparkling o Espumoso en la etiqueta. Recuerda

siempre leer, sobre todo la contra etiqueta en la parte posterior para enterarte de más detalles.

Métodos de elaboración:

Champenoise: Este término se refiere al vino espumoso que ha experimentado una segunda fermentación en botella. También se conoce como el método tradicional o clásico.

Granvas o grandes depósitos: En este método la fermentación no se realiza en botella sino que se emplean grandes depósitos, normalmente de acero inoxidable, donde se le añade el licor de tiraje. Una vez concluida la fermentación (que suele durar alrededor de 21 días), el vino se embotella. Para que el gas se integre de manera correcta la fermentación debe producirse a unos 12 °C.

Transfer o trasvasado: Se trata de un proceso similar al Champenoise, la segunda fermentación se produce también en botella pero durante un período menor, alrededor de 2 meses. Cuando la fermentación y crianza han terminado el vino se trasvasa a grandes depósitos, durante este último proceso es cuando se eliminan los sedimentos.

Según su contenido de azúcar:

Brut nature: Es el más seco, contiene entre 0-3 g/l de azúcar. Ideal como aperitivo y para brindis.

Extra Brut: Es menos seco, contiene hasta 6 g/l de azúcar. Ideal para acompañar toda la comida.

Brut: Tiene un equilibrio entre seco y dulce. Posee entre 12-15 g/l de azúcar. Ideal del aperitivo al postre.

Extra seco: También muy equilibrado, entre 12-20 g/l de azúcar.

Demisec/semi-seco/abbocato: Es dulce, tiene entre 32-50 g/l de azúcar. Ideal para finalizar la comida.

Dulce: Muy dulce, con más de 50 g/l de azúcar. Es ideal para postres.

Tomen siempre con moderación y aprovechen de estas fiestas

Rosy



Brasato al vino Barolo

TÉCNICA



Texto de EnlaCocinaConMarco 
Composición de Fiorediz 

Un segundo plato ideal para las fiestas

DIFICULTAD: fácil
TIEMPO: 180 minutos

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

- 1 kg de res (corte: Asado paleta)
- 750 ml vino Barolo (o chianti)
- 160 g Zanahoria
- 100 g Apio
- 180 g Cebolla dorada
- 1 diente ajo
- 1 ramita Romero
- 2 hojas de laurel
- 3 clavos de olor
- 4 Granos de pimienta negra
- 1 palito de canela
- 15 g Mantequilla
- 50 g Aceite de oliva virgen extra
- Sal al gusto

PREPARACIÓN

En un trozo de gasa esterilizada ponemos los clavos, los granos de pimienta y la canela. Cerramos con hilo de cocina. Atamos también el romero y las hojas de laurel.

Limpiamos el apio, la zanahoria y la cebolla y cortamos el todo en trozos

grandes de 2-3 cm. Pelamos el diente de ajo. En un bol grande vertemos la carne, las verduras, y los aromas preparados anteriormente. Agregamos el vino hasta cubrir la carne por completo

Tapamos con papel transparente de cocina y dejamos marinar en el frigorífico durante 12 horas mínimo. Ecurrimos la carne y guardamos la marinadura aparte. Secamos la carne con papel absorbente.

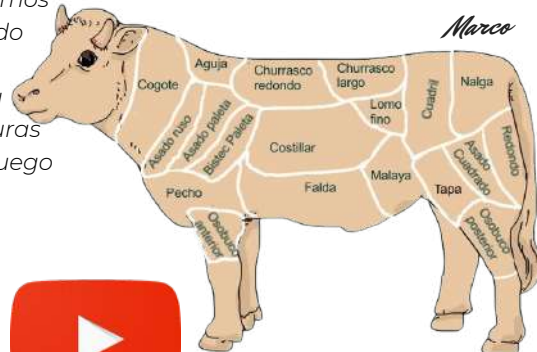
Derretimos la mantequilla en una sartén junto con en el aceite. Cuando esté caliente, agregamos la carne y dejamos que se dore a fuego alto. Damos la vuelta a la carne por todos lados para que se forme una costra en la superficie

Después de unos minutos, transferimos la carne y el líquido que ha producido durante la cocción a una cacerola grande, calentamos un momento a fuego medio y agregamos las verduras escurridas. Dejamos aromatizar a fuego lento durante unos 15 minutos.

Ajustamos la sal y cubrimos hasta la mitad de la carne con el vino de su marinadura. Esperamos que llegue a ebullición y tapamos.

Bajamos un poco el fuego y dejamos cocer, a fuego lento, durante 1 hora. Pasado el tiempo volteamos nuestra carne y, solo si es necesario, agregamos un poco más de líquido de la marinada. Dejamos cocinar la carne por una hora más. Una vez que la carne esté cocida, retiramos de la olla y reservamos en un plato, cubriendo con la tapa.

Eliminamos los aromas y licuamos. Cortamos la carne, tratando de obtener 2-3 rebanadas por persona, y disponemos en el plato de servir. Cubrimos las rebanadas con la salsa. Y nuestro estofado en Barolo está listo



Tostas de hummus cebolla caramelizada y langostino



VISITA LA PÁGINA
DE LAURA



¡Hola a todos! Me llamo Laura y soy de Barcelona. Quiero compartir esta receta con todos los lectores de Buengusteros porque me encantan las recetas sencillas, ricas y saludables. Esta que os enseño lo tiene todo..muy fácil de hacer, riquísima y como no, saludable. Este entrante os haría quedar como verdaderos gourmets y os puede servir para cualquier ocasión. Espero que os guste.

DIFICULTAD: Fácil
TIEMPO: 25 minutos

INGREDIENTES PARA 2-3 PERSONAS PARA EL HUMMUS

- 400 g de garbanzos cocidos
- 2 dientes de Ajo
- 40 g de tahini o semillas de sésamo tostado
- 30 ml de zumo de limón
- 50 ml de agua
- 40 ml de AOVE
- Sal al gusto

PARA LA CEBOLLA CARMELIZADA

- 3 cebollas grandes
- Agua
- AOVE y sal

PARA LOS LANGOSTINOS

- Aceite
- Sal
- Langostinos frescos o congelados

Elaboración: HUMMUS:

1. Lava los garbanzos y escúrrelos bien.
2. Ponlos en el vaso de la procesadora o robot que vayas a utilizar y añade el resto de ingredientes.
3. Si sale muy espeso puedes añadir un poco más de agua.

CEBOLLA CARMELIZADA:

1. Pela y corta las cebollas en juliana.
2. Añádelas a una sartén grande con un chorrito de AOVE y un pelín de sal. Tápalas.
3. Cada 10 minutos, destapa y remueve para que no se pegue a la sartén.

4. También añadir agua para que vaya caramelizando.

LANGOSTINOS:

1. Si los langostinos son congelados, sácalos un rato antes para que se descongelen.
2. En una sartén pon un chorrito de AOVE y los langostinos que quieras cocinar (uno por cada tosta).
3. Deja que se cocinen bien y retira.

Laura



*¿Quieres ser el próximo protagonista de Buengusteros?
Mándame tu receta y fotos a marco@cocinaconmarco.com*

BUENGUSTEROS

REDACTOR – Renato Podo 

ASISTENTE EDITORIAL – Stefano Nuzzaci

INTERNO – Evaristo Spedicato

GRAPHIC DESIGNER – Iryna Maday

CHEF – EnlaCocinaConMarco 

AUTOR – Marco Giancane

FOTÓGRAFA – Fiorella Diaz @Fiorediz 

CORRECTORA – Rosario Palau

Buengusteros es una revista del Gruppo CucinaConMarco. Ninguna parte de la presente publicación puede ser distribuida, reproducida o publicada otra vez en ninguna forma sin el permiso explícito del autor.

Por más información y contenidos exclusivos visita www.cocinaconmarco.com

Por publicidad y preguntas escribe a CucinaConMarco a:
marco@cocinaconmarco.com

Via Zanoli, 9/3
20161 - Milán
Italia