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

REVISTA PARA CURIOSOS Y HAMBRIENTOS

# BUENGUSTEROS

NÚMERO 28 | SEPTIEMBRE 2023

planea tu viaje al Oktoberfest

Knuckles codillo a la bávara

Pretzels en casa como en Alemania

## NÚMERO ESPECIAL

DEDICADO AL OKTOBERFEST, SU GASTRONOMÍA, CERVEZA Y VINOS

## NOTA DEL AUTOR

# Regresar

Mientras que, poco a poco, el verano se va terminando, nos vamos dando cuenta de que tenemos que regresar a nuestra vida real.

Ya sea trabajo o clases, siempre cuesta la vuelta a la normalidad. Tengo dos técnicas que me ayudan a vivir mejor este momento tan "difícil" y se las comparto porque pueden servirles también a ustedes: la primera es volver a trabajar duro con el objetivo de que las próximas vacaciones puedan ser más largas... la segunda, mimarme a mí mismo.

Una manera que yo tengo para "automimarme" es con la comida: me preparo un delicioso desayuno contundente, como el de Martina (pág. 18) y una cena a base de mariscos (pág. 4).

Otra manera muy interesante de mimarse es tomarse tiempo para uno mismo... Un buen libro, una copa de vino (o de cerveza artesanal) y planear el próximo viaje. Por ejemplo, ¿han ido alguna vez a vivir el Oktoberfest de Múnich, en Alemania? En la pág. 10 les cuento todo lo que tienen que saber a propósito de esta hermosa fiesta y les doy unos consejos útiles para planear su viaje. Si te animas, ¡estás todavía a tiempo de ir este año! ¿Cómo dices? ¿Que vayamos juntos? ¡Escríbeme! Nunca se sabe...

Si la cerveza no te entusiasma demasiado, te recomiendo leer el artículo de nuestra sommelier Rosy. ¡Descubrirás que en el Oktoberfest no hay solo cerveza!

Si para este año no crees que sea posible ir a Alemania, podrás vivir la experiencia del Oktoberfest en casa preparando un codillo al horno al estilo alemán (pág. 13) y unos deliciosos pretzels (pág. 18).

¿Siempre te ha fascinado descubrir gastronomías de distintos países? Entonces hoy es tu día de suerte.  En este número, el chef Néstor nos contará todo sobre la cocina fusión en su hermosa rúbrica de técnicas de cocina.

Mirando la llegada del otoño, Bellano (LC).

Y, en fin, como en todos los números, vamos a compartir la receta de un lector. El lector de este mes es Adriana Duarte y la receta que nos propone es "Alfajores de maicena sin gluten". Personalmente, esta receta me ha encantado... ¿Qué tal si le proponemos a Adriana una rúbrica "sin gluten" en BUENGUSTEROS?

¿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 tí mientras estás cocinando. ¡Las más originales serán publicadas en Buengusteros!

Que disfruten estos últimos días de verano, ¡nos vemos en el Oktober... perdón, ¡en octubre!

MARCO GIANCANE
AUTOR

# ÍNDICE

**6** **De temporada**
Lo bueno de cada época en todas las partes del mundo

**10** **Oktoberfest**
Todo lo que tienes que saber para planear tu viaje al Oktoberfest

**16** **Weinzelt**
Un rincón de elegancia y vino en el Oktoberfest

**14** **Cocina fusión**
La palabra clave es “mezcla”... de ingredientes, técnicas y culturas de distintos lugares

**19** **Alfajores de maicena**
¡Una deliciosa receta sin gluten!

**18** **Pretzel**
Deliciosos y crujientes como en el Oktoberfest

# Espagueti en salsa de mejillones

VISITA LA PÁGINA DE MARCO

**Receta de Cocina Con Marco**
**Composición Fioredíz**

*Esta, querido lector, es la receta auténtica de mamma Fina. Imaginen que yo de niño aprendí a comer mejillones solo gracias a esta deliciosa receta.*

**INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:**

- *400 g espaguetis*
- *500 g mejillones*
- *350 g salsa de tomate*
- *4 cdas. aceite de oliva virgen extra*
- *2 dientes de ajo*
- *1 cda. perejil picado*
- *Pimienta negra al gusto*

***PREPARACIÓN***

***Empezamos*** *limpiando los mejillones. Bajo el chorro de agua, retiramos los percebes y todas las impurezas presentes con un cuchillo. Quitamos el biso, que es la barbeta que encuentras en el costado de cada mejillón.*

*Ponemos en una cacerola grande el aceite junto con un diente de ajo pelado y dejamos cocinar durante 2 minutos a fuego lento. Añadimos los mejillones, la pimienta negra recién molida y tapamos.*

***Cocinamos*** *durante 3 minutos para permitir que los mejillones se abran completamente. Durante la cocción, agitar la olla de vez en cuando para remover el interior.*

***Guardamos*** *los mejillones abiertos dentro de un bol junto a su líquido de cocción previamente filtrado. Los mejillones cerrados los vamos a botar, por seguridad. Descartamos las conchas de unos ¾ de los mejillones y guardamos solo ¼ enteros para decorar.*

***Lavamos*** *y secamos el perejil, luego lo picamos finamente y lo vertemos en una sartén junto con un poco de aceite y un diente de ajo y cocinamos por 2 minutos.*

***Añadimos*** *también unos mejillones sin concha, para dar más sabor a la salsa, y pasado el tiempo, quitamos los ajos y añadimos la salsa de tomate junto con un poco de líquido de cocción de los mejillones.*

***Cubrimos*** *con una tapa y dejamos cocer a fuego lento durante 20 minutos. Mientras tanto, ponemos a hervir una cacerola con 4 litros de agua a fuego vivo y, en cuanto rompa a hervir, agregamos 40 gramos de sal y los espaguetis.*

***Seguimos*** *las instrucciones de cocción indicadas en el paquete de la pasta y, cuando queden 3 minutos para que la pasta esté cocida, la escurrimos y la vertemos dentro de la salsa.*

*Añadimos la restante parte de los mejillones pelados juntos con el líquido de cocción de los mejillones.*

***Seguimos*** *cocinando los espaguetis dentro de la salsa hasta que tomen la consistencia deseada, removiendo continuamente para que la pasta absorba la salsa y su sabor. Si durante este tiempo se seca la salsa, podemos agregar un chorro de agua de cocción de la pasta.*

***Chequeamos*** *que la salsa tenga la justa cantidad de sal y servimos.*
*Decoramos con los mejillones enteros y...*
*¡buen provecho!*

*Marco*

## CANADÁ

**FRAMBUESAS**: Sabor delicado y muy fino. Ideal en yogur, mermeladas y tartas. Se saborea hasta en la cerveza

**ALCACHOFA**: Quizás una de las verduras más saludables del planeta, un gran aliado del hígado

**ARTIC GRAYLING** (Thymallus arcticus): es un pescado muy delicado y no se conserva por tiempo largo. Comerlo es una experiencia salvaje y debe disfrutarse dentro de la naturaleza misma, recién pescado del río

Felipe Britz

# Produ
# de TEMPO

## ARGENTINA

Néstor

**ACEITUNAS**: ¡Considerada como fruta! Se la puede consumir sola o rellena (como entrante), triturada combinada con queso azul para la preparación de brusquetas o rellenas y fritas a la romana como tapeo

**CARDO**: se lo consume previamente hervido como agregado a ensaladas principalmente con tomate y pimientos, al escaveche como entrante o empanado al horno

**CABALLA** (Scomber scombrus): se la consume en conservas, como relleno de tartas, o simplemente grillada o al horno. Un reemplazo ideal y mas económico del atún

## ITALIA

**TUNAS**: peladas y guardadas en el refrigerador, son ricas como un helado

**PEPINOS:** en el sur hay variedades con un sabor muy particular. ¡Pruébalos con la cáscara!

**ROMBO CHIODATO** (Psetta maxima): apreciado por su carne delicada e inconfundible sabor, ideal al horno. Reconocible por la piel tachonada de "clavos" que le dan el nombre.

*ctos*
**ORADA**

cocinaconmarco

kumitalia

## JAPÓN

**NASHI**: la pera de oriente, jugosa y con consistencia similar a la sandía

**RENKON**: la raíz de la flor loto. La pulpa es muy crujiente con sus agujeros muy típicos

**TOBIUO** (Cololabis saira): 秋刀魚
秋 = autunno 刀 = spada 魚 = pesce
cioè pez espada de otoño

# DESAYUNO de REGRESO

*El final de las vacaciones siempre es triste...*
*¿Tienes que volver a la escuela?*
*¿Tienes que volver a trabajar?*



VISITA LA PÁGINA DE MARTINA

**Texto y foto de Martina Dibernardo**

*Hoy os desvelo el desayuno adecuado, súper colorido y rico, para afrontar mejor esta vuelta de vacaciones.*

**DIFICULTAD:** *fácil*
**TIEMPO:** *10 minutos + tiempo de espera*

**INGREDIENTES**

**para la primera capa:**

- *40 g de copos de avena pequeños*
- *160 g de tu leche vegetal favorita*
- *80 g de frambuesas frescas o congeladas*
- *Frambuesas liofilizadas (opcional)*
- *Extracto de vainilla*

**para la segunda capa:**

- *Budín de vainilla favorito o natilla vegana (Buengusteros, mayo 2021)*

**para la tercera capa:**

- *10 g de cacao en polvo*
- *Agua al gusto*
- *Una cda. de jarabe de arce*
- *Una cdta. de aceite de coco*

*En un cazo vierte los copos de avena, la leche, las frambuesas y el extracto de vainilla.*
*Cocina al fuego por unos minutos, revolviendo. Mientras se cocinan, las frambuesas sueltan su jugo tiñendo todo de rosa y los copos de avena absorben el líquido. Estará listo cuando esté cremoso.Verter en un frasco.*

*Encima de la primera capa rosa, vierte un poco de pudin de vainilla. Introducir en la nevera y preparar la crema de cacao: verter el cacao en un bol y añadir agua poco a poco mezclando con una cucharadita. Es importante ir añadiendo agua poco a poco hasta obtener una crema tersa.*

*Cuando la crema esté lista, agrega el aceite de coco y el sirope de arce.*

*Vierte la crema de cacao sobre la segunda capa y vuelve a meter en la nevera unas horas.*
*Al sacarla de la nevera la crema estará sólida y hundir la cucharadita será un placer.*
*Esta receta es perfecta para hacer la noche anterior: de esta manera el desayuno está listo por la mañana y podemos empezar el día con color y alegría para el paladar.*

*Septiembre es un mes de buenas intenciones y nuevos proyectos, mi deseo es que sea un mes espectacular para todos los lectores.*

*Martina*



*¡Sígueme en Instagram @martinadibernardo para no perderte otras recetas veganas*

# Oktoberfest

Texto de CocinaConMarco
Composición Fioreditz

VISITA SUS PÁGINAS

*En la mochilla no olvides:*

- ✓ *Zapatillas cómodas*
- ✓ *Monedas para tips*
- ✓ *Chaqueta*

*El otoño llega a Baviera, Alemania, con un aire festivo y un aroma a cerveza que impregna el ambiente. Es el momento del famoso Oktoberfest, un evento anual que atrae a millones de visitantes de todo el mundo. En este artículo, exploraremos los encantos de Oktoberfest, desde los lugares más destacados para visitar hasta los manjares gastronómicos típicos que hacen de esta festividad una experiencia inolvidable.*

*El Oktoberfest es la celebración de la cerveza más grande y antigua del mundo. Originada en 1810 para celebrar el matrimonio del príncipe heredero Luis I y la princesa Teresa de Baviera. Esta festividad ha crecido en magnitud y popularidad a lo largo de los años. Hoy en día, se ha convertido en un fenómeno cultural global, atrayendo a más de seis millones de visitantes cada año.*

*El Theresienwiese, un amplio espacio conocido como "Wiesn" por los lugareños, es el epicentro de la fiesta. Aquí es donde se montan las carpas de cerveza, los puestos de comida y las atracciones. Las tradicionales carpas de cerveza, con nombres como Paulaner, Augustiner, Hacker-Pschorr, Spaten-Franziskaner, Hofbräu München e Löwenbräu ofrecen una experiencia única y auténtica. Cada carpa tiene su propia atmósfera, música en vivo y, por supuesto, una amplia variedad de cervezas de calidad.*

***La Diversidad de Cervezas***

*Oktoberfest no sería lo mismo sin su cerveza icónica. Las cervezas servidas en este evento deben cumplir con los estándares de pureza de la Reinheitsgebot (Ley de Pureza) alemana, lo que significa que están hechas solo con ingredientes naturales: agua, malta, lúpulo y levadura. La cerveza Oktoberfest es típicamente una* ***Märzen****, una cerveza lager de color ámbar con un sabor suave y equilibrado.*
*También podrás encontrar unas* ***Helles****, una lager común, las oscuras* ***Dunkel*** *(con la cual vamos a preparar los codillos de la pág. 13) y las* ***Hefeweizen****, una cerveza de trigo disponible solo en algunas carpas.*
*Cada carpa ofrece su propia versión*

*de esta deliciosa bebida, por lo que probar diferentes cervezas es parte esencial de la experiencia.*

***Delicias Gastronómicas del Oktoberfest***

*La comida en Oktoberfest es tan importante como la cerveza. Los platos tradicionales bávaros llenan los estómagos de los visitantes, proporcionando la energía necesaria para disfrutar de la fiesta. Entre las delicias culinarias más emblemáticas se encuentran:*

***Salchichas Bratwurst**: Estas salchichas a la parrilla son un clásico en Baviera. Jugosas y llenas de sabor, se sirven con mostaza y pan fresco.*

***Pretzels Gigantes**: Los pretzels salados y dorados son una adición imprescindible en cualquier mesa de Oktoberfest. Son crujientes por fuera y suaves por dentro, y se pueden disfrutar con queso o mostaza. (Si quieres preparar en casa unos pretzels puedes seguir la receta de la pág. 18)*

***Eisbein:** Este plato consiste en una pierna de cerdo (codillo) cocida a fuego lento hasta que la carne se desprende del hueso. Se sirve con puré de guisantes y chucrut, creando una combinación deliciosa y abundante.*

***Streuselkuchen**, Tarta de Manzana Bávara: para el postre, no hay nada mejor. Esta delicia endulza el paladar con su mezcla de manzanas, canela y una masa crujiente.*

***Cómo Planificar un Viaje Inolvidable al Oktoberfest***

*El Oktoberfest, el festival de la cerveza más grande del mundo, es una experiencia única que todo amante de la cultura, la gastronomía y la diversión debería experimentar al menos una vez en la vida. Sin embargo, para disfrutar al máximo de esta celebración bávara en Múnich, es esencial realizar una planificación cuidadosa. A continuación, te guiaré a través de los pasos clave para planificar un viaje inolvidable al Oktoberfest.*

***1. Elegir las Fechas Adecuadas***

*El Oktoberfest se celebra anualmente en Múnich durante las últimas semanas de septiembre hasta el primer fin de semana de octubre. Es importante elegir las fechas adecuadas para tu viaje, ya que el festival puede tener mucha concurrencia durante los fines de semana y los días festivos. Planificar tu visita durante la semana puede ofrecerte una experiencia más tranquila y menos aglomerada.*

***2. Reservar Alojamiento con Anticipación***

*Dado el gran número de visitantes que acuden al Oktoberfest, es fundamental reservar tu alojamiento con suficiente anticipación. Múnich ofrece una variedad de opciones, desde hoteles de lujo hasta hostales y albergues. Si planeas asistir durante las fechas más populares, como los fines de semana, asegúrate de hacer tus reservas con varios meses de antelación para asegurar disponibilidad y mejores precios.*

***3. Investigar las Carpas de Cerveza***

*Una de las partes más emocionantes del Oktoberfest es probar las diferentes cervezas en las carpas tradicionales. Investiga las carpas de cerveza disponibles y decide cuáles te gustaría visitar. Cada carpa tiene su propia atmósfera y puede variar en tamaño y estilo de música. Algunas de las carpas más conocidas son Hofbräuhaus, Paulaner y Augustiner. Planifica tu visita a estas carpas con anticipación para evitar decepciones.*

***4. Comprar Boletos para las Carpas***

*Aunque el acceso al área general del Oktoberfest es gratuito, algunas carpas pueden requerir reservas o la compra de boletos para garantizar*

Pretzels Gigantes

Salchichas Bratwurst

Eisbein

Streuselkuchen

*un asiento. Asegúrate de investigar si las carpas que deseas visitar tienen esta política y adquiere tus boletos con antelación. Esto te garantizará un lugar en la carpa y te permitirá disfrutar de la experiencia sin preocupaciones.*

***5. Establecer un Presupuesto***

*El Oktoberfest puede ser una celebración costosa, especialmente si planeas disfrutar de varias cervezas y platos tradicionales. Establece un presupuesto claro para tu viaje, que incluya gastos como alojamiento, comidas, bebidas y actividades. Esto te ayudará a mantener el control de tus gastos y a disfrutar de la experiencia sin preocupaciones financieras.*

***6. Explorar Más Allá del Festival***

*Aunque el Oktoberfest es el evento principal, Múnich tiene mucho más que ofrecer. Aprovecha tu viaje para explorar la rica historia y cultura de la ciudad. Visita lugares emblemáticos como la Marienplatz, el Palacio Nymphenburg y el Museo de BMW. También puedes disfrutar de paseos relajantes por los jardines y parques de la ciudad.*

***7. Prepararse para las Multitudes***
*El Oktoberfest atrae a multitudes, por lo que es importante estar preparado para el ambiente festivo y bullicioso. Lleva contigo una identificación válida, ya que puede ser necesario para entrar en algunas carpas de cerveza. Además, mantén tus pertenencias seguras en todo momento y ten precaución con tus objetos de valor. Al seguir estos pasos, estarás preparado para sumergirte en la cultura y la diversión de Baviera y podrás disfrutar de uno de los festivales más emblemáticos del mundo.*

*¡Prost y buen viaje!*

*Marco*

# Codillo al horno estilo Oktoberfest

*Esta preparación lleva dos cocciones, una en la olla y la otra al horno. De esta manera será más fácil conseguir una cocción uniforme de la carne y una piel externa crujiente sin ser quemada.*

**DIFICULTAD:** *fácil*
**TIEMPO:** *1 h y 45 minutos*

**INGREDIENTES PARA 2 PERSONAS:**

- *2 codillos de cerdo pequeños (600 g aproximadamente)*
- *1/2 cebolla*
- *3 patatas*
- *4 dientes de ajo*
- *1 hoja de laurel*
- *Romero*
- *Tomillo*
- *5 bayas de enebro*
- *100 ml de coñac*
- *Vino blanco*
- *3 cdas de aceite de oliva*
- *Pimienta negra en grano*
- *Pimienta negra molida*
- *Sal*

***PREPARACIÓN***

***Pelamos*** *la cebolla y los ajos y los ponemos dentro de una olla.*

***Agregamos*** *los codillos, el laurel, los granos de pimienta negra, enebro, agua y sal.*

***Cerramos*** *la olla y dejamos cocinar durante una hora desde que empiece a hervir.*
*Si tienes una olla rápida serán suficientes unos 40 minutos desde que empiece a silvar la válvula.*

***Pelamos*** *las papas y las cortamos en lonchas de 1 centímetro de espesor. Colocamos las papas en una bandeja de horno y, por encima, ponemos los codillos previamente cocidos.*

***Agregamos*** *romero y tomillo, dos dientes de ajos con su cáscara, una pizca de sal y pimienta negra.*

***Rociamos*** *los codillos y las patatas con el coñac, 100 ml del caldo que han soltado los codillos, el vino blanco y tres cucharadas de aceite de oliva.*

***Prendemos*** *el horno a 200 °C y esperamos que se caliente, demorará unos 15 minutos.*
*Cuando el horno llega a temperatura, horneamos nuestros codillos durante unos 45 minutos.*

*¡Y nuestros codillos al horno estilo alemán están listos!*
*¡Buen provecho!*

*¿Te gustaría aprender a preparar los codillos con cerveza negra como los prepararían en un beer garden alemán? Encontrarás el link al pie de esta página.*

*Marco*

HAZ CLICK PARA VER LA VIDEO RECETA

# COCINA FUSIÓN

TÉCNICAS DE COCINA

VISITA SU PÁGINA

Escrito por:
Néstor Pereyra
Chef y escritor

**Hola a todos, soy el chef y escritor Néstor y en este número te quiero contar sobre un estilo que va ganando cada vez más terreno en el mundo culinario: la cocina fusión... Se la puede definir como la combinación de técnicas e ingredientes de diferentes regiones a fin de realizar platos que contengan la impronta de ambas regiones.**

En mi caso, me gusta hacer la fusión entre la cocina mediterránea y la asiática así puedo combinar los sabores intensos y las carnes rojas de la primera con los condimentos aromáticos, agridulces y pescados de la segunda.

La denominada cocina fusión fue creada en la Francia de la posguerra y presenta diferentes variantes:

**Nikkei:** es la combinación de la cocina japonesa con la peruana, la cual surge por las grandes colonias de inmigrantes japoneses que arribaron el siglo pasado a Perú. Básicamente, este estilo de cocina se basa en el uso de los ingredientes y alimentos originarios del Perú, con las técnicas de culinarias del Japón. El plato más conocido es el ceviche de pescado cocido al frío y limón (a diferencia de Colombia, donde el ceviche se sirve con pescado cocido a la plancha con salsa de tomate).

**Criolla:** Es la unión de la cocina europea, africana y americana, donde se entremezclan los sabores e ingredientes de todas las regiones. Para aquellos que tuvimos la suerte de viajar y conocer, uno de los platos mas emblemáticos de este estilo de cocina es la Feijoada: guisado típico de Brasil que combina carnes de res, vegetales y poroto negro, denominado feijon. Es un plato de color oscuro intenso, de consistencia líquida espesa, con aromas y sabores fuertes.

**Tex-Mex:** En realidad este estilo combina los sabores y técnicas de la cocina norteña de México con los estados del sur de Estados Unidos. Se basa principalmente en la combinación de carnes de res o ave con condimentos picantes, frijoles, maíz, tomate etcétera. Uno de los platos más emblemáticos es el de las conocidas fajinas de pollo con salsa guacamole.

**Chifa**: Es un estilo muy similar a la Nikkei
pero esta vez se basa en la combinación de la gastronomía china y peruana. El plato más conocido por su simpleza y también por su sabor y aroma es el arroz chauffa, un derivado del plato chow fan de origen chino.

**Balti:** A mi gusto, uno de los mejores, porque une todas las técnicas y alimentos de la gastronomía británica, con todos los condimentos y procesos de la India. Son platos únicos con aromas y sabores impresionantes que impactan tanto al paladar como a la vista y el olfato.
Utiliza generalmente especias como cilantro, jengibre, curry picante, garam masala, cúrcuma, cardamomo y chiles. El plato más sabroso a mi modesto entender es el pollo frito con salsa crema de cúrcuma.... ¡¡Delicioso!!

Ahora sí, me gustaría compartir con ustedes, queridos lectores, uno de los platos que
suelo recrear y que causa gran satisfacción en mis invitados.

Para la elaboración de este plato, debemos contar con pechuga de pato estirada, bacon, queso azul y pimiento amarillo. Para la salsa utilizaremos cebolla morada, cúrcuma, garam masala y crema de leche. Y como guarnición o, mejor dicho, complemento, suelo utilizar pastas simples como el penne rigate. (cabe aclarar que como las pastas no son el elemento principal del plato no las preparo desde cero sino que las compro).

El procedimiento es sencillo, primeramente abrimos la pechuga o magret al medio sin terminar el corte y con el uso de un palote la golpeamos suavemente a fin de darle un espesor menor y mayor superficie. Recomiendo hacer este proceso envolviendo la pechuga en papel film a fin de evitar suciedad innecesaria.
Una vez estirada, procedemos a poner una lámina de papel film sobre la mesa y le colocamos sal y pimienta. Luego colocamos la pechuga y en la parte media de la misma colocamos el queso azul en trozos, el bacon ligeramente salteado para darle cierta crocancia a la preparación y el pimiento amarillo en pequeñas láminas.
Cerramos la pechuga en forma cilíndrica ayudándonos con el papel film, como si fuera un caramelo. Envolvemos con tres capas de papel film y luego una capa de papel aluminio. Esta presentación se conoce como Ballotine (paquete).
Lo colocamos en una olla con agua hirviendo y lo cocinamos por al menos 30 minutos. Sacamos, le quitamos los envoltorios y reservamos.
Por otro lado, vamos cocinando las pastas solamente con agua y un poco de aceite sin sal. A su vez, en un wok, salteamos la cebolla morada cortada bien chiquita y luego le agregamos la crema de leche, la curcuma, garam masalla, sal y pimienta y cocinamos hasta el punto de hervor.
Una vez logrado este punto vertemos dentro de la salsa las pastas para darle la ultima cocción.

Ahora, procedemos al emplatado colocando la pechuga cortada en dos partes a 45 grados y al costado las pastas y la salsa. Yo recomiendo, además, verter sobre la pechuga un poco de salsa sola para que le de un poco más de humedad.
Podemos decorar el plato con ciboulete picado o brotes de rabanito..... una combinación de colores, sabores y aromas que te puedo asegurar que no solamente va a impactar a tus invitados, sino que también será el tema de comentario por mucho tiempo.....

¡¡¡buen apetito!!!

*Néstor*

# Weinzelt

## Un rincón de elegancia y vino en el Oktoberfest

RÚBRICA DE VINOS CON ROSY

Escrito por:
Rosybel Rojas
Periodista y Sommelier
y EnlaCocinaConMarco

**En medio de la bulliciosa y animada celebración del Oktoberfest de Múnich, un rincón de elegancia y distinción espera a los amantes del vino y la buena comida: el Weinzelt. Esta carpa única en su género ofrece una alternativa sofisticada a la tradicional cerveza bávara, y se ha convertido en un punto de encuentro popular para aquellos que buscan un ambiente más tranquilo y refinado durante la festividad.**

Ubicado en una esquina del Theresienwiese, este espacio se destaca por su ambiente íntimo y elegante. Los tonos cálidos de madera, las luces suaves y la decoración detallada crean un ambiente acogedor que invita a los visitantes a relajarse y disfrutar de una experiencia refinada.

A diferencia de las carpas de cerveza, el Weinzelt pone el vino como la bebida principal. Aquí, los visitantes pueden deleitarse con una selección cuidadosamente curada de vinos de alta calidad provenientes de diferentes regiones vinícolas. Desde tintos robustos hasta blancos refrescantes, la oferta es diversa y satisfará incluso a los paladares más exigentes.

**La carta de vinos** del Weinzelt es un tesoro que merece ser explorado. Cada botella cuenta una historia y representa la excelencia enológica de su lugar de origen. Aunque la carta incluye vinos de todas las partes de mundo, les recomendamos probar las excelencias de producción alemana.

Según el sitio web oficial del Oktoberfest, en la carpa de Weinzelt durante el Oktoberfest 2022 se vendieron 300.000 litros de vino, un 10% más con respecto a 2021 y para este año se espera todavía un mayor consumo.
Los vinos más vendidos fueron el Riesling, el Silvaner y el Rotling.

**Platos de Gourmet Bávaro**
El Weinzelt no solo es un destino para los amantes del vino, sino también para aquellos que aprecian la gastronomía de calidad. La carpa ofrece una selección de platos bávaros refinados que complementan a la perfección la experiencia vinícola. Desde platos de carne, como el tierno filete de cerdo, hasta opciones más ligeras, como el salmón ahumado, cada platillo está elaborado con ingredientes frescos y presentado con elegancia.

Dada la popularidad del Weinzelt y su ambiente íntimo, es altamente recomendable realizar reservaciones con anticipación. Las mesas en esta carpa son muy solicitadas, especialmente durante las horas pico del Oktoberfest. Hacer una reserva garantiza un asiento y la oportunidad de disfrutar de la experiencia Weinzelt en toda su plenitud.

**Vinos alemanes que les recomendamos probar**
Cuando pensamos en vinos, Alemania puede no ser el primer país que nos venga a la mente. Sin embargo, detrás de las sombras de regiones vinícolas más renombradas se encuentra un tesoro de excepcionales vinos alemanes que merecen su momento de reconocimiento. Con una historia que se remonta a la época romana, un clima único y un terroir distintivo, Alemania ofrece una diversidad de vinos que deleitan los sentidos con sus características organolépticas únicas.

Riesling: La Joya de los Vinos Alemanes
Ninguna conversación sobre los vinos alemanes estaría completa sin un homenaje al Riesling. (Sobre este vino hemos hablado de manera exhaustiva en BUENGUSTEROS n° 19 - Octubre 2022).

A menudo conocido como “el rey de las variedades de uvas blancas”, el Riesling es sinónimo del patrimonio vitivinícola de Alemania. Esta versátil uva produce vinos que van desde secos y crujientes hasta dulces y exquisitos, apelando a una amplia gama de paladares. Su perfil organoléptico es un cautivador baile de aromas y sabores: notas cítricas frescas de lima y limón, acompañadas de sutiles matices florales y a menudo, una esencia mineral que refleja la composición del suelo del viñedo. Los Rieslings tienen una acidez notable que proporciona un carácter fresco y refrescante convirtiéndolos en compañeros perfectos para una variedad de platos.

**Gewürztraminer: Opulencia Aromática Desatada**

El Gewürztraminer, con su distintivo tono rosado, es un vino que no escatima en intensidad aromática. El nombre en sí mismo se traduce como "traminer especiado", y el vino cumple con esta descripción. Con un perfil organoléptico que solo puede describirse como opulento, los Gewürztraminers estallan con aromas de lichis, pétalos de rosa y especias exóticas. Estos vinos poseen una textura de cuerpo completo que envuelve el paladar, mientras que su viva acidez mantiene el equilibrio. Como resultado, los Gewürztraminers son un maridaje perfecto para cocinas picantes y platos con sabores audaces.

**Spätburgunder (Pinot Noir): Elegancia Roja en una Copa**

La destreza de Alemania no se limita a los vinos blancos; sus vinos tintos, en particular el Spätburgunder (conocido mundialmente como Pinot Noir), demuestran la capacidad del país para producir tintos elegantes y matizados. Los Pinot Noir alemanes emanan notas de frutos rojos como la cereza y la frambuesa, a menudo acompañados de toques terrosos y a veces un toque de ahumado. Los vinos mantienen un cuerpo ligero a medio, permitiendo que sus texturas gráciles se deslicen por el paladar. A diferencia de los Pinot Noir más robustos de otras regiones, los Spätburgunders alemanes se centran en la finura y la sutileza.

**Silvaner: Revelando una Refinada Sutileza**

El Silvaner quizás no sea tan conocido internacionalmente como el Riesling, pero tiene un lugar especial en el corazón vitivinícola de Alemania. Conocidos por su neutralidad y transparencia al expresar el terroir, los vinos Silvaner ofrecen aromas delicados de manzana verde, pera y un toque herbáceo. A menudo tienen una textura redonda y ligeramente cremosa, equilibrada por una acidez refrescante que deja un final limpio. El encanto discreto del Silvaner lo convierte en un excelente acompañamiento para una amplia gama de platos, desde mariscos hasta ensaladas.

**Rotling: Versátil y refrescante**

Los vinos Rotling se elaboran principalmente en las regiones de Franconia, Baviera y Renania-Palatinado. Y también se encuentran en otros países europeos, como Austria, Francia y España.

El Rotling se elabora a partir de uvas tintas, pero el tiempo de contacto con las pieles es limitado, lo que le da su color rosa claro. Las uvas tintas más utilizadas para elaborar Rotling son la Pinot Noir, la Zweigelt, la Dornfelder y la Portugieser.

Estos vinos tienen un sabor afrutado y ligero, con notas de fresas, frambuesas, cerezas y cítricos, así como los puedes encontrar con notas florales, especiadas o herbales. Los vinos Rotling suelen tener una graduación alcohólica de entre 10 y 12 grados y son ideales para acompañar platos ligeros, como ensaladas, mariscos, carnes blancas y pescado. También se pueden disfrutar solos, como aperitivo o digestivo.

*¡Salud!*

*Rosy y Marco*

# PRETZEL
## EN CASA COMO EN ALEMANIA

Texto de CocinaConMarco
Composición de Fiorediz

*Junto con la jarra de cerveza de un litro, los pretzels son un símbolo de la Oktoberfest, con su característico color ámbar y forma anudada e inconfundible sabor*

**DIFICULTAD:** *media*
**TIEMPO:** *2 horas y 20 minutos*

**INGREDIENTES**
**Para 5 pretzels**

- *340 g Harina 00*
- *185 g Agua*
- *5 g Sal*
- *2 g Levadura de cerveza seca*
- *15 g Mantequilla (a temperatura ambiente)*
- *Sal en escamas al gusto*

***Para cocinar***

- *35 g Bicarbonato*
- *2 l Agua*

***PREPARACIÓN***

***Ponemos*** *en un bol la harina, la levadura y la mantequilla a temperatura ambiente. Amasamos un poco los ingredientes con nuestras manos dentro del bol.*

***Agregamos*** *agua poco a poco y seguimos trabajando la masa. Una vez integrada toda el agua, seguimos trabajando un poco la masa pero encima de la mesa. Amasamos por unos 10 minutos, durante los cuales iremos agregando la sal. Cubrimos la masa con papel transparente y dejamos descansar unos 20 minutos.*

***Estiramos*** *la masa formando una salchicha y la cortamos en 5 partes iguales.*
*Estiramos hasta obtener 5 salchichas de 70 cm de largo. La salchicha tendrá que ser más gorda al centro y más delgada en las puntas. Ahora vamos a darle una forma de nudo cruzando los dos extremos. Para entender bien este pasaje puede ser útil ver la video receta.*

*Ponemos una toalla en una bandeja, espolvoreamos con harina y ponemos encima los pretzels.*

***Dejamos*** *levantar durante unos 30 minutos a temperatura ambiente y luego una hora dentro del refrigerador. Cuando se acerque la hora, ponemos el agua a hervir y, cuando llegue a ebullición, añadimos el bicarbonato.*

***Colocamos*** *nuestro primer pretzel dentro del agua hirviendo, esperamos 40 segundos y los sacamos. Escurrimos bien nuestro pretzel y lo transferimos a una bandeja para hornear forrada con papel de horno. Repetimos el proceso con los demás pretzels.*

***Grabamos*** *los pretzels de manera que se abran durante la cocción. Espolvoreamos con las escamas de sal y los cocinamos en horno estático precalentado a 220 °C durante 20 minutos. Cuando estén dorados, los sacamos y los dejamos descansar unos 10 minutos antes de servir.*

*Bom proveito*
*Marco*

HAZ CLICK PARA VER LA VIDEO RECETA

# ALFAJORES DE MAICENA SIN GLUTEN

VISITA LA PÁGINA DE ADRIANA

*Soy Adriana Duarte, vivo en una pequeña provincia de Argentina Tucumán, tenemos una gastronomía muy rica y reconocida en nuestro país. Soy celiaca, después le diagnosticaron celiaquía a mis dos hijos y eso me impulsó a empezar a cocinar sin gluten, me formé, estudié, y hoy soy profesional... El diagnóstico me llevó a cambiar mi vida pero también cambié mi profesión. Hoy puedo cocinar para mi familia y mis clientes, ya que tengo un emprendimiento de panadería y pastelería sin gluten.*
*Disfruto haciendo recetas y fotos de nuestras queridas montañas en mi Instagram.*

**DIFICULTAD:** *Media*
**TIEMPO:** *30 minutos*

**INGREDIENTES**
para 16 alfajores (de 4 cm)

- *100 g de azúcar*
- *120 g de manteca*
- *2 yemas*
- *1 huevo*
- *Esencia de vainilla*
- *Ralladura de limón*
- *230 g de almidón de maíz*
- *120 g de harina sin gluten, puede ser comercial, o también harina de arroz*
- *10 g de polvo para hornear*
- *Media cucharadita de Goma Xántica*
- *Dulce de leche y coco rallado, cantidad necesaria.*

***PREPARACIÓN***

*Vamos a batir el azúcar con la manteca hasta formar un cremado ( es cuando la preparación se torna más clara y suave).*
*Una vez que llegamos a este punto agregamos de a una las yemas y, finalmente, el huevo entero, una vez que esté todo bien incorporado vamos a perfumar con la ralladura de limón y la esencia de vainilla.*

*En este punto vamos a agregar los secos, los cuales debemos integrarlos bien y pasar por un cernidor.*
*Agregamos a la preparación anterior con espátula hasta formar una masa lisa y suave. Colocar en un papel film y llevar a la heladera por lo menos una hora.*

*Sacar del frío y estirar la masa a un grosor de medio centímetro. Para cortar, puedes usar cualquier tipo de cortante entre los 3 a 4 cm.*

*Colocar en una bandeja con papel manteca, llevar al horno de 180 °C unos 12 minutos (si los cortas más pequeños van a estar en menos tiempo).*
*Dejar enfriar bien y rellenar con dulce de leche repostero . Colocar la otra tapa del alfajor y, con una cuchara, pasar dulce por los costados y pegarles coco rallado.*

*Y a disfrutar con lo que más te guste... café , té , o un jugo de fruta natural .*

*¡Buen provecho!*
*Adriana*



*¿Quieres ser el próximo protagonista de Buengusteros?*
*Envía tu receta 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 Grupo CocinaConMarco. Ninguna parte de la presente publicación puede ser distribuida, reproducida o publicada otra vez en ninguna forma sin el permiso explícito del autor.

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

Para publicidad y preguntas escribe a CocinaConMarco a:
marco@cocinaconmarco.com
Via Zanoli, 9/3
20161 - Milán
Italia