

MADRID360

TODA LA OFERTA DE OCIO A TU ALREDEDOR

ABC NÚMERO 562 DEL 9 AL 15 DE JULIO DE 2010

Ensaladas exóticas, tradicionales,
ecológicas... ideales para el verano

¡Pero qué frescas!

10 CINE Antonio Banderas, la voz felina de «Shrek, felices para siempre»
30 EN ESCENA «Más allá del puente» se sumerge en los meandros del amor
38 MÚSICA Marianne Faithfull, Sonisphere, Devendra Banhart...



«DOMINGO DE CINE»
Gratis con ABC



Accademia del Gusto la prepara con fusilli artesanales

FOTOS: BELÉN DÍAZ Y ARCHIVO

Las mejores direcciones para afrontar los calores con comida sana y ligera

Las ensaladas son para el verano

EMMA SUEIRO

Hasta Alejandro Dumas se puede equivocar. En su «Diccionario de cocina» escribe que «la mejor ensalada, aliñada con el aliño más superior, hay que tirarla, porque el hombre no ha sido criado para comer hierbas como los animales que andan a cuatro patas». Seguramente hoy no pensaría lo mismo. Frescas, naturales, nutritivas, sofisticadas, exóticas... podrían emplearse mil y un calificativos para describir su universo culinario; el mismo número y más, si cabe, de combinaciones que existen para prepararlas. Ese conjunto de hortalizas cortadas en trozos y aderezadas con sal, aceite, vinagre... ha pasado a convertirse en una composición lírica en la que se emplean a voluntad metros diferentes, lo que,

trasladado a lo gastronómico, supone dar rienda suelta a la creatividad del chef... porque es el eclecticismo en estado puro. Y para comprobarlo, hacemos nuestra particular degustación...

Sofisticadas

El Jardín de Orfila

Dirección: Hotel Orfila. Orfila, 6. ☎ 91 702 77 70.

De este idílico restaurante, elegimos el tomate en texturas con anchoas, guindilla dulce con ensalada verde que tiene en su carta David Cruz.

Ramón Freixa Madrid

Dirección: Hotel Selenza. Claudio Coello, 67. ☎ 91 781 82 62.

En un año se ha convertido en uno de

los referentes capitalinos de todo gran gourmet (con una estrella Michelin a los seis meses de abrir), porque la cocina de Ramón Freixa es inquietante y seductora. Ejemplo, su ensalada de sandía con aceite de Argán (conocido como el «oro líquido» de Marruecos) y cigalas.

La Terraza del Casino

Dirección: Alcalá, 15. ☎ 91 521 87 00.

Imparable la cocina de Paco Roncero, con un equipo de auténtico lujo (segunda estrella Michelin este año y Premio Nacional de Gastronomía a su jefe de sala, Alfonso Vega). Este chef nos ofrece la ensalada de pepino, piña e hinojo con salmón marinado en miso y también la seductora mezcla de vieiras, remolacha y yogur.

EN PORTADA



Cienhojas de mango, en Ecoentro



Lágrimas negras propone una de vieiras



Rugantino, a la italiana

Lágrimas Negras

Dirección: Hotel Puerta América. Avda. de América, 41. ☎ 91 744 54 05.

José Luis Estevan y su equipo mantienen alto el listón de este restaurante y de las atractivas alternativas gastronómicas y de copas del Hotel Puerta América. Nos sugiere la ensalada de vieiras con emulsión de alcachofas, tomates y caviar de Ríofrío.

Europa Decó

Dirección: Carrera de San Jerónimo, 34. ☎ 91 787 77 70.

El «tándem» Joaquín Felipe en cocina y Paco Patón en sala tiene una sincronía perfecta para llevar con éxito tanto el restaurante del Hotel Urban como su terraza veraniega y el emblemático Glass Bar. Y Felipe no falla cuando trabaja con el atún rojo (uno de sus productos fetiche). Prueben si no la ensalada de algas (*tosaka, wakame*) y lechugas con bocaditos de atún.

El Bodegón

Dirección: Del Pinar, 15. ☎ 91 562 31 37.

Todo un referente del circuito gastronómico madrileño, que cuenta con la solvencia de un magnífico equipo asesorado por el chef vasco Hilario Arbe-laitz. Delicada y sabrosa su ensalada de langostinos a la plancha, alcachofas y vinagre de Jerez.

Espacio 33

Dirección: Torre Espacio. Paseo de la Castellana, 259. ☎ 91 427 68 91.

Hojas, pétalos y verduritas. Fresca, bella, natural y un privilegio degustarla divisoando Madrid desde su espectacular ubicación.

Tradicionales

Mesón de Fuencarral

Dirección: Ctra. de Colmenar Viejo, km. 14, 500. ☎ 91 734 10 19.

Destaca la clásica «de toda la vida» (lechuga, tomate y cebolla), la mixta (enriquecida con bonito, huevo cocido, espárragos y zanahoria rallada), así como la de tomate con aguacates y la de pimientos asados con anchoas del Cantábrico.

La Dorada

Dirección: Orense, 64-66. ☎ 91 570 20 04.

Aparte de la ensalada Félix, compuesta por tomate y cebollino, recomendamos la de la casa: tomate, maíz, endivia, achicoria, cogollo, palmitos, remolacha, gambas peladas, vieira y el aliño de vinagre de jerez, aceite de oliva suave y sal.

Un Lugar

Dirección: Mauricio Legendre, 33 bis. ☎ 91 314 77 27.

En pocos meses, se ha consolidado por el

acierto en el diseño del local y su sólida mano en los fogones. La ensalada de pimientos de cristal con ventresca de bonito, sensacional.

La Máquina de Lugones

Dirección: Pº de La Habana, 107. ☎ 91 343 05 38.

Como en invierno su fabada, la ensalada fría de fabes con bogavante sobre una cuna de *mezclum* de lechugas y vinagreta es única.

Mercado de la Reina

Dirección: Gran Vía, 12. ☎ 91 521 31 98.

Muy socorrida, y excelente en este establecimiento, la ensalada de pollo asado, lechuga, manzana Granny Smith y salsa rosa.

Con identidad

Alemania

Fass. Rodríguez Marín, 84. ☎ 91 563 74 47. Arturo Soria, 126. ☎ 91 759 74 31.

De rigor señalar la típica ensalada de patata, que se acompaña de pepinillo, pimienta negra entera y mayonesa.

Brasil

Baby Beef Rubaiyat. Juan Ramón Jiménez, 37. ☎ 91 359 10 00.

Lo mejor, la ensalada Rubaiyat, combinación de hojas verdes, palmitos, cecina, →

EN PORTADA | ENSALADAS |



Con verdes y flores, de Espacio 33



Horiatiki, sabor de Grecia en Mythos



Tomate en texturas, del Jardín de Orfila

ventresca de bonito, aguacate y el aderezo especial (secreto de la casa).

China

China Crown. Infanta Mercedes, 62. ☎ 91 572 14 64.

Nos decantamos por la ensalada de fideos transparentes (*glass noodles*) con láminas de pollo y soja de la casa.

Estados Unidos

New York Burger. General Yagüe, 5. ☎ 91 770 30 79.

Un gesto simpático que las ensaladas lleven el nombre de grandes estrellas, como Marilyn Monroe, una mezcla de lechugas, tiras de pollo, tomates cherry, mezcla de quesos y vinagreta.

Grecia

Mythos. Apodaca, 20. ☎ 91 448 73 96.

Se llama *horiatiki* y está hecha a base de queso Feta, aceituna *kalamata*, tomate, cebolla, pepino, pimiento verde, aceite de oliva y sal. ¡Que la disfruten!

Japón

99 Sushi Bar. Ponzano, 99. ☎ 91 536 05 67.

Algas, esenciales en su magistral culinaria. El pulpo, muy valorado. Excelente, pues, su *tako su* (mezcla de ambos y pepino), que también combina a la perfección el buey de mar.

Italia

Accademia del Gusto. Cristóbal Bordini, 55. ☎ 91 535 37 28.

¡Qué acertado el nombre! Una auténtica academia donde se aprende (con cursos), se vende (los mejores productos, tanto en vinos como en «viandas») y se consume lo mejor de la gastronomía italiana. Y eso hay que agradecerlo a la emprendedora, inquieta y apasionada empresaria Nicoletta Negrini y a su eficaz equipo. La ensalada de *pasta soffi di vento* (*fusilli* artesanales al huevo) con tomates de tres colores (semisecos verdes, amarillos y rojos, salteados ligeramente con un diente de ajo picado y albahaca fresca), mozzarella de búfala ahumada, aceite de oliva virgen extra, pizca de sal y pimienta negra es espectacular.

Don Giovanni. Pº de la Reina Cristina, 23. ☎ 91 434 83 38.

El pasado 5 de julio celebraba su quinto aniversario con la satisfacción de saber que este restaurante se ha convertido en un lugar de peregrinaje obligado entre la amplísima oferta de italianos de la Villa y Corte. Pero además, su «alma mater», Andrea Tumbarello, ha extendido su pequeño imperio abriendo con éxito locales en un año difícil. El plato esencial: su *burrata* de búfala (queso similar a la mozzarella pero elaborado con leche de búfala, no de vaca) con salsa de tomate natural (también puede hacerse con tomate troceado) y aliño «de la casa» acompañado de *focaccia* (pan típico italiano). Sin comparación...

Rugantino. Velázquez, 136. ☎ 91 561 02 22.

Otro ejemplo italiano: la *panzanella* toscana, que en este restaurante incluye gazpacho, pepino, tomate rama en gajos, cebollino, cebolla roja, mezcla de siete hojas verdes, aceituna negra, anchoas de Santoña, *croutons* o picatostes y vinagreta de anchoas.

Libanesa

Las Mil y una noches. Martín de los Heros, 28. ☎ 91 559 57 85.

Fattush es el nombre de la típica ensalada libanesa a base de pepino, pimiento, cebolla, tomate, zumo de granada, limón y sal.

Persa

Esfahan. San Bernardino, 1. ☎ 91 559 68 12.

Muy refrescante la ensalada *shiraz*, compuesta por pepino, tomate, cebolla, hierbabuena fresca, aceite de oliva, jugo de lima, sal y pimienta negra molida.

Panasiática

Sukothay. Pº de la Castellana, 105. ☎ 91 598 03 56.

De su variada oferta optamos por la *goma wakame*, ensalada hecha con algas *wakame*, sésamo y especias picantes.

Tailandesa

Thai Gardens. Pº de La Habana, 3. ☎ 91 577 88 84.

Todo un clásico de este templo de la cocina *thai* es su *ensalada vermicelli* (fideos orientales) con langostinos, anacardos