

Nº 153

mia **Cocina**

**41 RECETAS
ORIGINALES
Y FÁCILES**

**Bizcochos
TIERNOS Y
SABROSOS**

**COCINAR
CON NIÑOS**

**PLATOS
BARATOS
PASO A PASO**

**CÓMO HACER
HUMMUS**

**Latas
SACALES
TODO EL
PARTIDO**

Platos ligeros
**DISFRUTA CON MENOS
DE 250 CALORÍAS**

*
CREMA DE
GARBANOS CON
SALMOREJO
DE PIMENTOS

Comer Fuera

Por su cocina, por el ambiente, porque están de moda y porque te gusta comer bien y probar sabores diferentes. ¡No te los puedes perder!

por Marisol Sánchez-Herrera



Santiago de Compostela **FILIGRANA**

Es el restaurante de A Quinta da Auga, el único Relais & Châteaux de Galicia. Un espacio rodeado de un bosque de robles centenarios y a orillas del río Sar. Allí descubrirás alta cocina tradicional gallega bajo la mirada de autor del cocinero Federico López Arcay. El chef trabaja con la despensa local y con los mejores productos de km 0, siempre de estación, que se convierten en platos honestos, con cocciones ligeras, a los que infunde técnica y creatividad. Déjate aconsejar y pide platos de temporada y, si el tiempo lo permite, come en su espectacular terraza. Menú degustación, 48 €. Paseo de Amaia, 23 B. Santiago de Compostela. 98 153 46 36.

MADRID

THE ONE

La auténtica comida de Hong Kong llega a Madrid el chef Dave Cheng y su mujer Xiang Xu, jefa de sala. Están convencidos de que "la comida es la mejor manera de entender otras culturas" y, contrariamente a lo que podemos pensar de la ajetreada metrópoli china, su comida es saludable, baja en grasas y elaborada con productos frescos; de ahí que en The One, el congelador esté vetado. Prueba las costillas marinadas con *curry* o el bogavante con jengibre y cebolletas (¡espectaculares!). Precio medio: 30-35 €. c/ Lagasca 31. Madrid. 91 575 41 30.



Barcelona **LATERAL CONSELL**

Siguiendo el modelo de los locales de Madrid ha sabido ganarse al público barcelonés y hoy es un imprescindible para quedar a comer o cenar en un espacioso y acogedor restaurante de 300 m2 que combina elementos de inspiración romántica con otros de diseño moderno. En su carta conviven una amplia variedad de pinchos individuales con raciones para compartir y una apuesta de cocina mediterránea en combinación con sugerencias más innovadoras. También tienes platos de pescado -muy buena la pata de pulpo a la brasa- y carnes para elegir (a nosotros nos gusta la presa ibérica con crujiente de verduras). Precio: 20-25 €. Consell de Cent 329. Barcelona. 93 348 79 94.