

EM2 / MADRID



LOS CHEFS
Belarmino Rodríguez (izq.) y Antonio Cosmen son maestros preparando fabes y cocido madrileño.
ANTONIO HEREDIA

GASTRONOMÍA

En dos o tres vuelcos. Con los ingredientes de compango que usted desee. Las variedades para degustar fabes o cocido madrileño son infinitas en Madrid. EM2 hace una selección por categorías

Otoño: vuelven los 'reyes' de la cuchara

ROBERTO BÉCARES

El cielo se nubla más de la cuenta, algunas hojas secas comienzan a *manchar* las calles de una ciudad en la que nos hemos acostumbrado a «un nivel de limpieza muy alto» (la alcaldesa Ana Botella dixit) y empieza a hacer ya un pelín de frío. Tal vez sea pronto, pero ya van apeteciendo un poco esos platos de cuchara cuya variedad y calidad convierten a Madrid en una capital gastronómica de enjundia.

Y el protagonista, como todos los años, lo absorben el cocido madrileño y las fabes asturianas, imprescindibles de la cocina española. Desde EM2 hemos hecho una selección por categorías, de los más clásicos a los más modernos, para que vayan tomando nota.

LOS IMPRESCINDIBLES

A sus autores los tienen aquí al lado, en la fotografía. A la izquierda, Belarmino Rodríguez, responsable del restaurante-

LOS MÁS CHIC DE MADRID

► **La Terraza del Casino.** Paco Roncero (dos estrellas Michelin) triunfa en su restaurante con unos judiones con almejas y alcachofas en salsa verde, uno de los platos más demandados. Las judías son deconstruidas y se elaboran con la técnica de la esterilización (se mantiene el sabor de la faba pero con una textura diferente). Legumbres, salsa verde, alcachofas, almejas naturales y unas láminas de jamón de jabugo conforman el plato. «El jamón es el que aporta el punto salino», señala Paco Roncero.



risquería asturiana **La Perloria** (Magdalena, 40). Quizá su fabada

no sea de las más conocidas de Madrid, pero, si se vuelve loco por la alubia blanca, se llevará una gran sorpresa en este establecimiento, que está a punto de cumplir 50 años.

«Todo nuestro compango lo sacamos de matanza propia», señala con orgullo el chef, originario de la zona de Cangas de Narcea. Tocino vetado, morcilla asturiana

y de tipo Cangas, que es «de herradura, dulce», lacón desalado, y chortizo asturiano «mezcla de vaca y de cerdo» conforman el compango.

«En algunos sitios no le dan importancia a la guarnición, pero es algo fundamental, el complemento perfecto, que aquí no tiene grasa excesiva», asegura el responsable del local, al que le encanta explicar siempre al cliente la procedencia de sus productos. Las fabes son de Grado, en el centro de Asturias, donde crecen

► **StreetXo.** David Muñoz, que suena en todas las quinielas para alcanzar por fin la tercera estrella Michelin en su restaurante DiverXo, tiene desde hace tiempo en su otro local, StreetXo, lo que ha llamado un cocido *Hong Kong-Madrid* con tamarindo al carbón, taro y chiles escabechados (3,5€). Se trata de tres empanadillas orientales cocinadas al vapor y rellenas de gallina, aderezadas con hierbabuena y taquitos de tamarindo. Se remojan en caldo de cocido y se espolvorea con huevo picado. Un sabor único fusionando sabores castizos y chinos.



«con la humedad correcta».

Se ponen a remojo un día antes.

«Es muy importante que no se abran en la cocción y que no tengan piel», afirma el responsable del restaurante, especializado también en pote asturiano y donde una ración de fabes cuesta 18 euros.

«Son unas fabes excelentes, un plato muy fino, con todo el sabor y el punto justo de todos los componentes asturianos», le propea

Antonio Cosmen (a la derecha de la imagen), chef y responsable de **La Cruz Blanca de Vallecas** (Carlos Martín Álvarez, 58), cuyo cocido madrileño es el mejor de España, según la Asociación de Amigos del Cocido.

«Es que su cocido es uno de los grandísimos, la sopa es un escándalo, un auténtico lujo», le devuelve el cumplido Belarmino antes de posar ambos para la fotografía, en la que les pedimos a ambos que se arrimen un poquito el uno al otro, lo que les provoca una risa pegadiza.

Para esta especialidad de la Cruz Blanca de Vallecas, Cosmen utiliza garbanzos procedentes de «Castilla La Vieja».

Para este reputado chef, aparte de la «excelente» materia prima, hay dos factores clave a la hora de preparar el cocido: «el agua de

Sigue en **página 71**

Viene de página 70

Madrid y el gas ciudad»: «Es muy importante no cortar la cocción a los garbanzos nunca».

El chortizo y la morcilla son asturianos, la carne de Galicia y el morcillo de ambos lugares. «En nuestro restaurante la gente prefiere que se lo sirvan en dos vuelcos en vez de tres», señala. En tres vuelcos, la forma más tradicional, primero se serviría la sopa con piparras, cebolletas y la marca de la casa: «las croquetas de cocido». A continuación, los garbanzos con el repollo, la patata, la zanahoria y la pelota. Por último, el resto de viandas: tocino, gallina, morcilla...

«La sopa lleva toda la sustancia de los componentes del cocido, empezamos a prepararlos el día de antes, y uno de los secretos es que al cocinarlo bajamos la temperatura y desengrasamos por arriba», señala el chef. Cada cocido vale en este templo gastronómico de Vallecas 19 euros. Ambos chefs apuestan por el cocido y la fabada como enganche para el turismo gastronómico: «Los turistas extranjeros tienen curiosidad por conocer el producto nacional y hay que conseguir que cuando vengan aquí no vengán siempre con la imagen de la paella».

MÁS SELECTOS

El cocido del mítico restaurante **Lhardy** (Carrera de San Jerónimo, 8), abierto en 1830, es sin duda el cocido más selecto de Madrid. «Para que un buen cocido tenga sustancia tiene que cocer unas cuatro horas», explica Ricardo Quintana, jefe de cocina del restaurante.

La cocción a fuego lento de los productos, el blanqueo de los fideos y la preparación del relleno son los pasos principales. El plato de cocido (35,50 euros) llega a los salones (tras la sopa de fideos con pleadillo) en dos grandes bandejas de plata.

En cuanto a fabada, el restaurante asturiano **El Paraguas** (Jorge Juan, 16) tiene mucha fama en la capital por su especialidad: «Una fabada un poco light». «Pensando en la gente del barrio quisimos hacer una fabada suave, para que la gente pueda volver a trabajar por la tarde a gusto», dice San-



TRADICIÓN EN EL Lhardy

En sus comedores con aires del siglo XIX (el local abrió en 1839) comieron Isabel II, Alfonso XII o Manuel Azaña. Su cocido en tres vuelcos es el más selecto de Madrid.

dro Silva, chef del restaurante. Aquí el compango también se prepara aparte y se controla mucho la grasa. «Conseguimos unas fabas con una textura muy fina y doradita», asegura el jefe de cocina. Al precio de 18 euros la ración, pueden vender al día en otoño más de tres kilos de fabas. Es una referencia.

EL MÁS TRADICIONAL

En esta selección no podría faltar el cocido del **Malacatin** (calle de la Ruda, 5), taberna taurina y cañí que data de 1805 y que está especializada en el plato señero madrileño (10 euros). Su abundante cocido se presenta en la carta de forma literaria: «La sopa de fideos, la gracta del garbanzo de Castilla, la sería patata cocida, el bizarro chortizo de León, los jugosos trozos de morcillo...».

Tampoco podría faltar a la cita el restaurante **La Bola** (Bola, 5), fundado en 1870 por la familia Verdasco y donde el cocido (22 euros) se elabora en su tradicional puchero de barro individual y al fuego lento del carbón de encina. Viene con garbanzos, tocino, gallina y hueso de jamón.

Y si hay una fabada tradicional en Madrid, con solera, esa es sin duda la de **Casa Hortensia** (calle de la Farmacia, 2). Su chef, Adela Bestero, prepara unas de las fabas más famosas de la ciudad, ya sea la tradicional de carne (15,50 euros) o con almejas (19,50). «La clave es dedicarle tiempo y el buen hacer, se tarda entre cuatro y cinco horas en hacer una buena fabada», señala la chef. El compango aquí es de panceta, lacón, chortizo y morcilla. Otro clásico es **La Copita Asturiana** (calle de las Tabernillas, 13), donde uno se da un festín con las famosas fabas con almejas de María Mayo, natural de Lluarca y que lleva cocinando más de 54 años. Su fabada es todo un lujo.

'POR 4 EUROS'

Y si lo que quiere es probar un buen cocido pero barato, puede acercarse a **El Quinto Vino** (Lagasca, 48), donde sirven el cocido exclusivamente los miércoles por 8,20 euros o **La Taberna del Toro** (Alcala, 105), donde lo sirven de jueves a domingo por 13,25 euros y los martes como menú del día por 8,40. También hay que destacar **El Rincón de Goya** (Hernán, 48), donde por 12 euros puede catar un buen cocido. Tampoco está nada mal el de **La Selva** (plaza de los Mostenses, 7), que puede degustarse a un precio de 10 euros.

Y si hablamos de fabas económicas y buenas no podemos dejar pasar las del **Carlos Tertiere**, a 12 euros, ni tampoco las de **Con mucho gusto** (Plaza de El Guijo, 2, Galapagar), que, regentada por el anterior director de La Máquina de Lugones, reparte la fabada a domicilio. Su precio es de 12 euros más tres de transporte. Y a nueve euros, aunque no sea faba, no deje de probar las judías blancas viudas de Saldaña del restaurante **Viloldo** (Lagasca, 134), otra revelación gastronómica de este año.

Ojo que mancho | TENGO

Salsa brava tradicional



INGREDIENTES: 20 guindillas, un litro de aceite, 15 ajos, 1/2 kg harina, cinco litros de agua, 150 ml soja, 20 gramos sal, cinco cucharadas de pimentón dulce.

PREPARACIÓN: Para la salsa brava, poner a calentar el aceite con los ajos y las guindillas a fuego lento y dorar; apagar el fuego y pasados unos minutos añadir cinco cucharas soperas con colmo de pimentón, y dejar que enfrié siempre fuera del fuego. Añadir harina, dejar cocer a fuego mínimo otros cinco minutos, añadir el agua y el resto de ingredientes y cocer a fuego lento durante alrededor de media hora. Rectificar de sal, triturar y colar.



BISTRO-BAR TENGO

JUAN BRAVO, 41 / TELÉFONO 910 16 77 99 / ABIERTO DE LUNES A SÁBADO DE 10.00 A 00.00 HORAS Y DOMINGO DE 11.00 A 20.00 / PATA BRAVA / SEPA CON ALIÑO / CALLOSA LA MADRILEÑA / PISTO CON HUEVO / PICAPOLLO

R. BÉCARES

Recuerdos de la antigua floristería que fue el local un día decoran una de las paredes del moderno y luminoso bistro-bar Tengo, uno de los éxitos hosteleros más recientes del barrio de Salamanca. Al frente, Alejandro Peña, que ha recuperado la tradición de la receta de la salsa brava. «Queremos recuperar esas recetas que se han hecho bien antiguamente y adaptarlas a nuestro tiempo», explica el chef y propietario.

A la hora de calentar los ajos y las guindillas «es importante que el aceite no coja mucha temperatura porque se quemaría la pepita de la guindilla», aconseja el chef del restaurante, donde pretenden siempre «jugar a todo»: «Abrimos en mayo y vamos bien, damos desayunos, tenemos una barra estupenda para tapas, por las tardes estamos con las meriendas...».

El nombre de Tengo viene dado por la forma de trabajar que tienen. Todos los días acuden al mercado y los platos

van variando según lo que compran. Pero volvamos a la salsa brava, que si se quiere que sea verdadera «no debe llevar nunca salsa de tomate». Hay que tener mucho cuidado al añadir el pimentón (dulce de la Vera), fuera del fuego, para que no se quemé. En este establecimiento añaden salsa de soja a la salsa «para darle el punto de sal y un poquito de color».

A la hora de triturar los ingredientes, la guindilla es la que dará el picor a la salsa. El resultado es una salsa suave al principio, no excesivamente espesa y que pica bastante al final. No es nada pesada, sin embargo. Las patatas que sirven aquí, en gajos, están previamente confitadas -en el horno durante una hora y media- y solo hay que darle un golpe de fritura final. Tras disponer la salsa sobre las patatas, Peña recomienda añadir un poco de perejil antes de presentar el plato. En la carta del local, también destacan su ensalada de pimientos y un cuidadosamente elaborado *steak tartar*.

EL MUNDO.es

► Vídeo: Vea cómo preparan las patatas bravas en Tengo.