

magazine traveling

EDICIÓN ESPAÑA

REVISTA DE VIAJES Y GASTRONOMÍA

Nº 72 Año 2025 Precio: 6,00 € - Canarias e internacional 8,00€

Albacete

Primer destino turístico Starlight



Italia
Islas Eolias
De fuego y silencio

Copenhague
Déjate llevar por el
hygge danés

Comillas
El capricho de Gaudí
Una casa en clave de Sol

Noruega
El tren de Flåm
entre fiordos y montañas

REVISTA DE VIAJES Y GASTRONOMÍA DIGITAL Y EN PAPEL


RUTA CON TÚ PAREJA

UN VIAJE QUE MEREZCA LA PENA


CASTILLA
Y LEÓN
LO TIENE TODO



www.turismocastillayleon.com

cylesvida 

cylesvida 

castillayleonesvida 
visitcastillayleon



Junta de
Castilla y León

Bienvenido a bordo

Hay viajes que empiezan mucho antes de hacer la maleta: nacen de un deseo, de una imagen o de una historia contada. Este número de Traveling es una invitación a dejarse llevar por esas ganas de descubrir, desde un castillo manchego iluminado por la Vía Láctea hasta un tren noruego que se abre paso entre fiordos.

Comenzamos en las **Islas Eolias** en el sur de Italia, continuamos visitando las **Cataratas del Niágara**, un espectáculo natural, para después dejarnos envolver en **Copenhague** por el concepto danés del **hygge**; viajar hasta **Estonia** en busca de paisajes intactos y seguir el recorrido del **Tren noruego de Flåm** entre montañas, cascadas y fiordos. No faltan las escapadas más cercanas: **Albacete**, con su naturaleza y su cielo estrellado, o **Ejea de los Caballeros** y los **Pueblos de Colonización** que dan cuenta de otra cara de nuestra historia reciente.

La arquitectura y el diseño, como siempre, tiene su espacio: en Cantabria visitamos **El Capricho de Gaudí**, esa casa de cuento que resume la genialidad del maestro. Cruzamos hasta Francia para descubrir **Albi**, la ciudad de ladrillo que sorprende al viajero.

Para quienes disfrutan del placer de leer, **Susana Hornos** nos acerca a su nueva novela **"Mañana seremos otro día"**, mientras en Cine viajamos hasta **Salzburgo** siguiendo los pasos de Sonrisas y Lágrimas.

La gastronomía nos acompaña a lo largo de todo el número. Desde la **caza en la mesa**, entendida como tradición, sostenibilidad y respeto por la naturaleza, hasta los **sabores de Albacete**, que se cuentan a través de sus productos. Probamos mesas tan dispares como la elegancia japonesa de **Makoto Madrid**, la noche vibrante de **Quinto elemento** o los aires andaluces de **El Espigón** en pleno corazón de Madrid.

En definitiva, un número para recorrer el mundo sin prisa, para mirar con calma y, sobre todo, para disfrutar. Porque viajar —como leer, como comer— es una forma de disfrutar de nuestro mundo.

Gracias, una vez más, por viajar con nosotros y por hacer de Traveling una ventana abierta al mundo.



Jose A. Muñoz
CEO



Rosario Alonso
Directora

Miembros de:



Ediciones OMO DOMO SL

Pol. Ind. Sta. Ana Cl. Electrodo 70-72
nave 49 28522 - Rivas Vaciamadrid
Madrid - (Spain) Tel: (+34) 911 126 744

CEO

Jose Antonio Muñoz
joseantonio@revistatraveling.com

DIRECTORA

Rosario Alonso
rosario@revistatraveling.com

PUBLICIDAD

Javier Martínez
javier@revistatraveling.com

MARKETING Y RR.SS

Vania Muñoz
vania@revistatraveling.com

REDACCIÓN

redaccion@revistatraveling.com

FOTOGRAFÍA

Jose Antonio Muñoz
josemcoromina@gmail.com

ENOTURISMO

Alejandro y Luis Paadín
alejandro@paadin.es

Delegaciones

COSTA RICA:

José David Díaz Picado
jose.diaz@crmia.com

ESTADOS UNIDOS:

Larissa Rolley
Larissarolley@outlook.com

MÉXICO:

Luís Armando Suarez
armando@revistatraveling.com

COLOMBIA:

Carlos Sanchez Urtiga
carlos@revistatraveling.com

ARGENTINA:

Melany Pasquini
melany@revistatraveling.com

Colaboran

Kiara Hurtado
kiara.hurtado.prensa@gmail.com
Manena Munar
manena.munar@gmail.com
Julián Sacristán
comunicacion@wfm.es
Diego Ruiz-Gil
diegorg45@hotmail.es
Clara Serrano Vega
claraserranovega@gmail.com

Depósito Legal: M-1097-2018

ISSN: 2660-8146



El editor no se hace responsable de los contenidos aquí mostrados. Siendo por entera la responsabilidad de cada autor o colaborador. Así mismo, queda totalmente prohibida la reproducción total o parcial de la revista. Cualquier queja o reclamación sobre los textos o fotografías aquí mostradas, por favor envíenos un mail a redaccion@revistatraveling.com indicándonos sus datos y el motivo de la disconformidad para poder actuar convenientemente.



12 **VIAJES**
CATARATAS DEL NIÁGARA
Vistas desde EE.UU.

20 **VIAJES**
ESTONIA
Soñando con paraísos recónditos

24 **VIAJES**
El Tren de Flåm
Entre fiordos y montañas

30 **VIAJES**
COPENHAGUE
Déjate llevar por el **Hygge** danés

36 **VIAJES**
ALBACETE
Primer destino turístico Starlight

44 **TURISMO RURAL**
COMARCA DE SAJA-NANSA
Tradición y Naturaleza

46 **DISEÑO Y ARQUITECTURA**
EL CAPRICHIO DE GAUDÍ
Comillas (Cantabria)

52 **PUEBLOS CON ENCANTO**
SANTILLANA DEL MAR Y ALTAMIRA
Huellas vivas de la historia

58 **ESCAPADAS**
EJEA DE LOS CABALLEROS
y los Pueblos de Colonización

66 **ENOTURISMO**
NINGXIA (China)
Tumba de Emperadores y viñas

72 **24 HORAS EN:**
Albi (Francia)
La Ciudad de ladrillo

CONTENIDOS

Revista Traveling Nº72

Año 2025

ECO DESTINO BRUSELAS Paques y huertos urbanos	76
LUGARES PARA SOÑAR HARTFORD HOUSE Exclusividad y lujo en Sudáfrica	80
LUGARES PARA SOÑAR HOTEL KITZHOF Espíritu alpino renovado	84
CINE EN LA MALETA SALZBURGO Sonrisas y Lagrimas	88
DEVORANDO LIBROS SUSANA HORNOS Mañana seremos otro día	94
LA VENTANA DE MANENA CUANDO VOLVÍ DE CUBA Volví, pero una parte quedó allí	96
traveling gourmets	101
SABORES DE ALBACETE Productos que cuentan la historia de La Mancha	102
PRODUCTOS LA CAZA EN LA MESA Tradición, sostenibilidad y gastronomía	106
REST. PROBADOS MAKOTO MADRID La elegancia del Japón contemporáneo	112
REST. PROBADOS QUINTOELEMENTO Noche madrileña bajo las estrellas	114
REST. PROBADOS RESTAURANTE EL ESPIGÓN Sabor andaluz en Madrid	116



PORTADA

Castillo de Libisosa, Arco de la
Vía Láctea © Diego Villalobos



PORTADA

Bandeja de mariscos
y pescados © MAKOTO



Isla de Stromboli

Eolias

Las islas que respiran
fuego y silencio

V I A J E S D E A U T O R

Texto: Jose A. Muñoz - **Fotografía:** Archivo

El ferry avanza con pereza, cortando un mar que en septiembre ya no es azul brillante, sino un espejo de acero pulido. El sol dibuja reflejos dorados sobre las olas cortadas por el barco. A lo lejos, las islas aparecen como perfiles de tinta, emergiendo de la bruma con la lentitud de quien no tiene prisa por ser descubierto. No hay estridencia ni ruido: el archipiélago se ofrece en silencio, como si esperara al viajero con la calma de quien sabe que el tiempo aquí no se mide en horas, sino en mareas.



Son las islas Eolias, un conjunto de siete islas volcánicas que emergen del mar Tirreno, al nordeste de Sicilia, Italia. Declaradas Patrimonio Mundial por la UNESCO, llevan el nombre de Eolo, dios de los vientos en la mitología griega, y durante siglos fueron faros y refugios para marineros, comerciantes y pescadores que surcaban estas aguas. Aquí conviven la fuerza del fuego y la suavidad del Mediterráneo, la historia de antiguas civilizaciones y la vida sencilla de pueblos que siguen dependiendo del mar.

Llegar en septiembre significa encontrarlas en su momento más íntimo: sin el bullicio del verano, con temperaturas suaves, aguas todavía cálidas y una luz dorada que acaricia montañas, viñedos y puertos. El viaje por las Eolias no es un simple recorrido por islas, sino una inmersión en un territorio donde cada una tiene su carácter, su ritmo y su voz. Stromboli y Vulcano son pura energía; Salina, verde y generosa; Filicudi y Alicudi, remansos de silencio; Lipari, corazón palpitante; y Panarea, coqueta y minimalista, como una postal viva.

El pulso volcánico

Stromboli surge la primera en el horizonte, un cono volcánico casi perfecto que se eleva abrupto desde el mar Tirreno, con laderas negras que caen directamente al agua. Tiene apenas doce kilómetros cuadrados y no más de quinientos habitantes, repartidos en dos aldeas encajadas que parecen aferrarse a la roca. Desde cubierta, su silueta impone respeto: es uno de los pocos volcanes del mundo en actividad casi continua desde hace dos milenios, y su respiración se delata en un penacho de humo blanco que asciende sin pausa hacia un cielo limpio.

Desembarcar aquí es sentir bajo los pies una tierra ligera, porosa, de color negro profundo, que absorbe y guarda el calor del día. Las calles son estrechas, pavimentadas con piedra volcánica, y están flanqueadas por buganvillas que aún resisten al final del verano. El sendero que conduce al Observatorio, a unos 400 metros de altitud, se abre entre matorrales bajos y lavas solidificadas que forman esculturas caprichosas. El aire huele a ceniza, a sal y, de vez en cuando, a azufre. Sopla un viento cálido que recuerda que aquí el Mediterráneo y el magma se tocan. Desde el mirador, las explosiones del cráter se escuchan como golpes secos, regulares, un latido que marca la vida cotidiana de la isla. De noche, cada erupción lanza una llamada que ilumina fugazmente el horizonte y proyecta sombras rojas sobre el mar.

Vulcano, a solo 20 kilómetros de distancia, se presenta con otro lenguaje: un olor penetrante a azufre que impregna la ropa y la memoria desde el primer paso en el muelle. Esta isla, de apenas 21 kilómetros cuadrados, fue en la Antigüedad la morada del dios Vulcano, señor del fuego y la forja. Sus playas de arena negra y sus fumarolas marinas anuncian que aquí la actividad geotérmica es parte del paisaje.

La ascensión al cráter de La Fossa —unos 391 metros sobre el nivel del mar— exige pasos pausados y un buen calzado. El sendero, cubierto de grava volcánica, sube en zigzag y va revelando un paisaje cambiante: fumarolas que exhalan vapor dorado, costras minerales teñidas de amarillo intenso por el azufre, grietas de las que emana un calor seco y constante.



Aldea de Rinella en (Salina)

En la cima, el espectáculo es circular y sobrecogedor: las siete Eolias se alinean como cuentas irregulares sobre un mar infinito, y la costa de Sicilia se insinúa en la distancia. Allí arriba, el silencio es tan compacto que hasta el leve silbido del viento parece sagrado.

La isla del vino y las alcaparras

Salina es la excepción verde en este mundo volcánico. Laderas cubiertas de viñedos de malvasía caen hacia calas de agua turquesa. Es tiempo de vendimia, y el aire huele a mosto dulce y a tierra húmeda. Los racimos dorados se recogen a mano y se colocan en cajas de madera que se llenan rápido bajo un sol amable. Las bodegas familiares guardan barricas donde el vino envejece lentamente, con la paciencia que aquí todo exige.

En terrazas más altas, las matas de alcaparras florecen discretas, con pétalos blancos y estambres violetas. En pequeños talleres, las mujeres las preparan con sal marina, y al abrir un frasco, el aroma vegetal se mezcla con recuerdos de verano. En las tabernas de la isla, las alcaparras se sirven junto a pan tibio, aceite dorado y tomates recién cortados. Comer aquí es un acto sin prisa, acompañado por conversaciones que giran en torno a cosechas pasadas y a los temporales que vendrán.

Ritmos lentos y horizontes largos

Filicudi está situada en el extremo occidental del archipiélago, es una de las islas menos visitadas y más auténticas de las Eolias. Apenas cuenta con un puñado de pequeñas aldeas, como **Filicudi Porto** y **Pecorini a Mare**, donde las casas blancas, con contraventanas azules y techos planos, se agrupan sobre terrazas que descienden hacia un mar que cambia de azul profundo a esmeralda según la luz del día.

Vista panorámica del cráter de la Isla Vulcano





Isla de Vulcano

La isla está cubierta de matorral mediterráneo, higueras y almendros, y conserva restos arqueológicos de asentamientos prehistóricos, como el de **Capo Graziano**, testimonio de que estas tierras ya estaban habitadas hace más de 3.000 años.

Las barcas de pesca salen al amanecer, y regresan al mediodía con cajas llenas de peces espada, atunes pequeños y langostas, que inundan de aroma salino el muelle. Los caminos de piedra, estrechos y a veces empinados, llevan a calas solitarias como **Le Punte** o **Spiaggia delle Punte**, donde el sonido de las olas se mezcla con el canto de alguna cigarra rezagada y el graznido lejano de las gaviotas. En septiembre, Filicudi parece vivir suspendida en un verano que se resiste a marchar.

Alicudi, la más occidental y aislada del archipiélago, es incluso más austera. Con apenas un centenar de habitantes, no hay carreteras, coches ni ruidos mecánicos: solo una red de escalones de piedra que ascienden por la ladera volcánica hasta las casas dispersas. Cada tramo ofrece vistas abiertas sobre un horizonte limpio, donde el mar y el cielo se confunden, y en los días claros se adivina la silueta lejana de Sicilia. La isla, de origen volcánico, es un cono casi perfecto cubierto de hierbas secas, arbustos y pequeñas huertas que los vecinos cultivan en terrazas.

Su puerto, diminuto, recibe un par de barcos al día desde Filicudi o Lipari, y el resto del tiempo la vida fluye sin interrupciones. El viento trae aromas de hinojo silvestre, tomillo y sal, y las campanas de la iglesia de San Bartolomeo marcan las horas con un sonido grave que se expande por todo el valle. Septiembre en Alicudi es un mes de calma absoluta, de cielos despejados y noches sin luz artificial, donde las estrellas parecen descender sobre el mar. Es un lugar donde nada irrumpe ni perturba, y donde el viajero entiende que aquí el lujo es, simplemente, el silencio.

La vida en puerto

Lipari concentra la vida del archipiélago. En el puerto, los pescadores descargan su captura mientras los tenderos ofrecen tomates carnosos, higos dulces y botellas de aceite verde intenso. El paseo marítimo se anima a media tarde, cuando los cafés se llenan de voces graves y risas suaves. Desde la terraza de un bar, se ven pasar ferris que llegan y parten, como si el mundo entero dependiera de esas rutas marítimas.

En lo alto, el castillo custodia siglos de historia. Dentro, el museo arqueológico guarda ánforas griegas, monedas romanas y piezas de obsidiana negra, testigos de un pasado que siempre tuvo al mar como frontera y camino. Entre esas paredes frescas, se entiende que las Eolias no son solo un lugar: son un punto de encuentro entre fuego, agua y humanidad.



El asombroso faro de Strombolicchio

El último baño

El viaje concluye en **Canneto**, una localidad costera situada a pocos kilómetros al norte de Lipari. Su playa, formada por guijarros oscuros y redondeados, produce un sonido seco al caminar sobre ella. El agua, aún templada en septiembre, permite nadar con comodidad, con una visibilidad que alcanza varios metros bajo la superficie.

Frente a la costa, las vistas se abren hacia la isla de Vulcano, cuya silueta se recorta nítida contra el horizonte. A última hora de la tarde, el sol desciende rápido y

tiñe el cielo de tonos rosados y anaranjados, mientras la brisa marina refresca el ambiente. Canneto mantiene en estas fechas un ritmo tranquilo, con pocos bañistas y algunos vecinos que pasean por el paseo marítimo, cerrando así un recorrido por las Eolias en un ambiente sereno y ya alejado de la temporada alta.

Al partir, el ferry se aleja lentamente, como si las islas quisieran retener a quien las ha escuchado de verdad.



Vista del crater de la Isla Vulcano

Apuntes para el viaje

Cómo llegar

El punto de acceso principal es **Milazzo**, en la costa norte de Sicilia. Desde allí parten ferris e hydrofoil de las compañías Siremar y Liberty Lines. Hydrofoil: rápido (1–2 horas hasta Lipari).

Ferry convencional: más lento, pero permite llevar coche.

También hay conexiones directas en verano desde Nápoles, Messina o Palermo.

Cómo moverse

El transporte entre islas es marítimo: ferris, hydrofoil o embarcaciones privadas.

Lipari es el centro logístico y mejor punto de base.

Salina y Vulcano están a menos de 1 hora en barco desde Lipari.

Filicudi y Alicudi, más occidentales, requieren travesías de entre 2 y 3 horas.

En tierra, la mayoría de los desplazamientos se hacen a pie, aunque en Lipari y Salina hay autobuses locales, taxis y alquiler de scooters. En Alicudi y Filicudi, las calles son escaleras y senderos: aquí el viaje se vive caminando.

Dónde dormir

Hotel Mea – Aeolian Charme (Lipari)

Situado a pocos minutos del centro histórico, ofrece habitaciones amplias con terrazas y piscina con vistas al mar. Buen punto de partida para recorrer todo el archipiélago.

La Settima Luna (Canneto, Lipari)

Pequeño alojamiento boutique frente a la bahía de Canneto. Solo siete habitaciones, terraza-solárium y ambiente familiar. Ideal para estancias tranquilas.

Therasia Resort Sea & Spa (Vulcano)

Ubicado en un acantilado de Vulcanello, es la opción más exclusiva. Spa, acceso privado al mar y un restaurante gastronómico con estrella Michelin.

Dónde comer

Ristorante da Filippino (Lipari)

Clásico de la isla, con terraza panorámica y cocina marinera. Destacan el pez espada, los erizos y la pasta con mariscos.

Da Alfredo (Salina)

Un imprescindible en la localidad de Lingua. Famoso por el pane cunzatu (pan rústico con tomate, alcachofas y queso) y por sus granitas artesanales.

Il Capperò (Vulcano)

Restaurante gourmet en el Therasia Resort, dirigido por el chef Giuseppe Biuso. Cocina creativa con base en productos eolios.

Pecorini a Mare (Filicudi)

Pequeño restaurante junto al muelle. Perfecto para probar langosta, pez espada y vino local en un ambiente marino y relajado.

Consejos prácticos

Mejor época: septiembre y principios de octubre, cuando el clima es suave y las islas recuperan su calma.

Qué llevar: calzado cómodo para senderismo, protección solar y gafas de buceo para hacer snorkel.

Gastronomía local: no dejar de probar la malvasía de Salina, platos marinos como la pasta con anchoas frescas, los calamares rellenos en salsa de tomate y el pez espada alla ghiotta, las alcachofas encurtidas y los dulces con almendra.



Cataratas del Niágara

Desde Estados Unidos

Texto y fotografía: Larissa Rolley - Larissarolley@outlook.com

*“En presencia del
Niágara, siento
que mi espíritu se
eleva, vigoroso
por la belleza que
inspira.”*

Isaac Johnson

Las Cataratas del Niágara son uno de los grandes símbolos naturales del planeta. Desde el lado canadiense, la imagen resulta amplia, panorámica, casi teatral. En cambio, al cruzar al territorio estadounidense, la experiencia se torna más cercana: senderos entre árboles, pequeñas islas en medio del río y miradores al filo del abismo convierten la visita en un encuentro directo con la naturaleza. Allí no se observa únicamente, se participa en el espectáculo continuo del agua.

La caída es tan poderosa que genera una llovizna constante que envuelve al visitante, mientras se percibe el pulso incesante del río, que desciende desde los Grandes Lagos como una corriente viva que jamás se detiene. Desde los rápidos que rugen aguas arriba hasta la base de las cataratas, el aire se impregna de partículas que transmiten energía y alivio, un tónico natural que se siente en el cuerpo. El lado estadounidense te rodea de todo: el ímpetu del caudal, el trueno de la caída y la frescura de la bruma acariciando la piel.

Vista aérea de los paseos junto a las cataratas americanas



Vista aérea de las cataratas con la plataforma de observación y la ciudad en Canadá

Cuando el agua deja de ser postal

Cuando uno imagina las Cataratas del Niágara, suele evocar la vista amplia y majestuosa que aparece en las postales o en los anuncios turísticos: panorámica desde el lado canadiense, espléndida, como si se contemplara el espectáculo natural desde un palco de honor. Pero al otro lado del río, en el territorio estadounidense, la experiencia se transforma en algo distinto: más salvaje, más inmediato, más íntimo. Allí el viajero deja de ser espectador para colocarse en el propio escenario de la naturaleza.

Puede caminar a orillas del caudal, sentir cómo el agua gana velocidad, cruzar a pequeñas islas en medio de los rápidos y situarse justo al borde donde millones de litros de agua se precipitan con estruendo bajo sus pies.

La naturaleza como protagonista

En 1885 se creó el Parque Estatal de las Cataratas del Niágara, el primero de Estados Unidos, con un objetivo claro: proteger este entorno de la creciente presión urbanística y conservarlo como un santuario natural. El impulsor de esta idea fue Frederick Law Olmsted, el mismo paisajista que había diseñado Central Park en Nueva York. Olmsted quedó impresionado por la fuerza del Niágara y luchó por impedir que la codicia comercial lo convirtiera en un escaparate de hoteles y anuncios.

Su visión era sencilla y radical: *el visitante debía experimentar las cataratas sin distracciones, sin más adornos que el propio poder del agua y de los bosques que lo rodean.*

Gracias a esa decisión, hoy el viajero que camina desde Goat Island hasta la Cueva de los Vientos recorre senderos arbolados, encuentra praderas abiertas para descansar junto al río y disfruta de miradores naturales donde la vista no tropieza con carteles ni rascacielos. Lo que se observa desde el lado canadiense —un horizonte limpio de cemento y asfalto— es, en gran parte, fruto de aquella defensa pionera. Nueva York, frente al progreso acelerado del siglo XIX, eligió preservar la naturaleza.

De cerca con el agua

El río Niágara comienza a contar su historia mucho antes de lanzarse al vacío. Justo aguas arriba, varias islas se interponen en su curso: Goat Island, Luna Island y las Three Sisters Islands. Están unidas por senderos y puentes que permiten caminar sobre las aguas turbulentas y escuchar de cerca el rugido creciente. En Luna Island, el viajero queda situado entre dos cortinas de agua: a un lado las American Falls, al otro la Bridal Veil Falls, conocidas como Cataratas del Velo de Novia. La experiencia es frontal, sin mediaciones, con la bruma ascendiendo como un telón que envuelve la mirada.



“El Niágara es una fuente inagotable de energía. Aquí la corriente del agua se convierte en fuerza para iluminar ciudades y transformar el futuro”
(Nikola Tesla)

Siguiendo el curso de las cataratas americanas
El Puente Rainbow une EE. UU. y Canadá bajo la sombra de un globo de helio



CATARATAS DEL NIAGARA

Goat Island, la mayor de todas, ofrece uno de los puntos más sobrecogedores: **Terrapin Point**. Desde allí, uno se coloca al filo de las **Horseshoe Falls** —la gran catarata en forma de herradura— y contempla cómo la inmensa masa de agua se desploma en vertical con un estruendo casi hipnótico. Durante unos segundos se difuminan las fronteras entre observar y participar: no se trata de ver, sino de sentir cómo la tierra tiembla bajo los pies y cómo el aire húmedo golpea el rostro.

Terrapin Point y la historia del paisaje

Este mirador tiene, además, una historia singular. A comienzos del siglo XIX, los hermanos Porter construyeron un puente de madera para acceder a los Terrapin Rocks, un conjunto de rocas que se adentraban en el río. Más tarde levantaron allí una especie de torre-faro que atrajo la curiosidad de los visitantes, pero también críticas por alterar la belleza natural. En 1873, aquella construcción fue demolida. A mediados del siglo XX se hicieron nuevos trabajos de relleno y consolidación que ampliaron la superficie de observación.

El resultado actual es un balcón abierto sobre el abismo, desde donde la magnitud de las Horseshoe Falls se percibe sin intermediarios.

La Cueva de los Vientos

Entre las experiencias más intensas del lado estadounidense destaca la llamada Cave of the Winds. Se accede descendiendo en ascensor más de cincuenta metros hasta la base de la Bridal Veil Falls. Allí comienza un recorrido de pasarelas de madera que conducen al visitante hasta el llamado Hurricane Deck, un punto donde la fuerza del agua y el viento son tales que resulta imposible mantenerse seco. Es como caminar dentro de la propia catarata: un estrépito continuo, una nube de vapor y la certeza de estar a escasos metros de un torrente incontenible.

Esta atracción no es un artificio turístico, sino una oportunidad para comprender físicamente el poder del Niágara. La madera de las pasarelas se desmonta cada invierno y se vuelve a instalar en primavera, siguiendo una tradición que refuerza el vínculo entre el río y la comunidad que lo rodea.

El panorama majestuoso de las cataratas americanas desde su cima



El aire que moja el ánimo

No es solo la vista ni el sonido lo que conmueve. El aire que rodea las cataratas está cargado de pequeñas partículas de agua y de iones negativos, responsables de esa sensación de frescura y bienestar que se percibe al acercarse. La bruma actúa como un bálsamo: humedece la piel, limpia la respiración, refresca los sentidos y parece renovar la energía del cuerpo con cada inhalación pausada. Es un fenómeno que los visitantes describen como revitalizante, casi terapéutico, una medicina natural imposible de embotellar.

Diversos estudios apuntan a que la exposición a entornos ricos en iones negativos —cascadas, montañas, bosques húmedos— contribuye a mejorar el ánimo, reducir el estrés, favorecer un sueño más reparador e incluso equilibrar ciertas funciones corporales. Sea cual sea la explicación científica, lo cierto es que la experiencia del Niágara va más allá de lo visual. El viajero regresa con una vitalidad distinta, como si el agua hubiera penetrado en su propia memoria corporal y despertado algo profundo, una fuerza renovada que lo acompaña mucho después de abandonar el lugar.

Un escenario sin artificios

El lado canadiense de las Cataratas del Niágara ofrece un espectáculo grandioso, una escenografía perfecta para ser admirada en panorámica, acompañada de hoteles, luces nocturnas y fuegos artificiales. El lado estadounidense, en cambio, propone otra clase de viaje: no la contemplación desde lejos, sino la inmersión en la naturaleza sin envoltorios.

Quien cruza a Goat Island, quien camina sobre las pasarelas de Luna Island o se empapa en la Cueva de los Vientos, se convierte en parte de ese escenario. El agua deja de ser postal para transformarse en presencia, en fuerza que envuelve, en rugido que sacude el cuerpo. Es un viaje íntimo, que no necesita adjetivos ni añadidos, porque la naturaleza se basta por sí sola para hablar con autoridad.

El lado estadounidense de las Cataratas del Niágara guarda la esencia de un paisaje protegido contra el tiempo y la especulación. La visión de Olmsted sigue vigente en cada sendero, en cada isla, en cada bruma que asciende del abismo.



CATARATAS DEL NIÁGARA

Allí, el viajero no observa desde la distancia, sino que se adentra en la corriente misma de la naturaleza.

En ese instante, entre el trueno del agua y la frescura del aire, se comprende que la verdadera grandeza no necesita adornos. Basta con estar allí, dejarse envolver y aceptar la lección que las cataratas llevan siglos repitiendo: que la naturaleza, cuando se le concede espacio, despliega un poder que ninguna mano humana puede igualar.

Si el lado canadiense es un palco elevado, el lado estadounidense es la primera fila: los pies mojados por la bruma, las manos apoyadas en la barandilla del abismo y el rugido del agua atravesando los huesos. Aquí se camina por islas que dividen el río, se respira la niebla que asciende y se escucha de cerca la voz profunda de las cataratas.

En ocasiones, la bruma dibuja arcoíris que se arquean sobre el caudal. Su imagen remite inevitablemente al **Rainbow Bridge**, el puente que conecta Estados Unidos y Canadá, como símbolo de que el Niágara es un patrimonio compartido, con dos maneras distintas de aproximarse a la misma fuerza natural.

Por eso conviene reservar tiempo: preparar un picnic, recorrer los senderos y acercarse hasta el borde de uno de los saltos de agua más imponentes del planeta. Y después, quedarse un poco más. Porque en el lado estadounidense el Niágara no se contempla: se vive.



Guía práctica

El lado estadounidense de las Cataratas del Niágara ofrece mucho más que miradores: es un espacio para explorar, vivir experiencias únicas y descubrir historias ligadas al río y a su entorno. Aquí algunas claves para orientarse en la visita.

Sabías que...

- **El primer parque estatal:** En 1885, el Niágara se convirtió en el primer parque estatal de Estados Unidos.
- **Tres cascadas en una:** Horseshoe Falls, American Falls y Bridal Veil Falls conforman el conjunto.
- **Caudal imponente:** Más de 2,8 millones de litros de agua por segundo se precipitan al vacío.
- **Energía pionera:** George Westinghouse llevó la corriente alterna de las cataratas del Niágara a Buffalo en 1896 utilizando el sistema de transmisión eléctrica desarrollado por Nikola Tesla. La empresa Niagara Falls Power Company construyó la primera central hidroeléctrica.
- **Puente simbólico:** El Rainbow Bridge conecta Estados Unidos y Canadá, recordando que el Niágara es un tesoro compartido.

Formas de experimentar las cataratas

• Maid of the Mist (Doncella de la Niebla)

En servicio desde 1846, estos barcos —hoy totalmente eléctricos y sin emisiones— se deslizan casi en silencio hasta la bruma. Su nombre evoca la leyenda séneca de Lelawala, la Doncella de la Niebla, protegida por el dios del trueno.

• Tours en helicóptero, Rainbow Air

Un vuelo panorámico que sigue el curso del río y muestra la caída de las aguas desde el aire. Una perspectiva majestuosa de los rápidos y de las cataratas en su conjunto.

• Globo cautivo, Live On Air

Un globo de helio anclado eleva a los visitantes para ofrecer vistas de 360 grados sobre el río y el desfiladero. Desde tierra, su silueta blanca forma parte del paisaje.

• Cave of the Winds (Cueva de los Vientos)

Pasarelas de madera que descienden hasta el pie de Bridal Veil Falls. El visitante queda envuelto por el viento y la bruma, en una experiencia vibrante de agua y aventura.

• Niagara Falls Scenic Trolley

Un tranvía verde que recorre todo el parque con paradas libres para subir y bajar. Una manera cómoda y nostálgica de desplazarse sin renunciar al paisaje.



- 1.- Nikola Tesla
- 2.- Niagara Falls Scenic Trolley (tranvía verde)
- 3.- Maid of Mist (Doncella de la niebla)
- 4.- Entrada al Parque
- 5.- Globo Cautivo



NIAGARA FALLS
STATE PARK
ESTADOS UNIDOS



ESTONIA, PARAÍÇOS RECÓNDITOS



Vista panorámica de Tallín

Estonia

Soñando con paraísos recónditos

Texto: Joaquín del Palacio - joaquineografo@gmail.com

Fotografía: Oficina de Turismo de Estonia



Entre fortalezas medievales,
mares helados y miles de islas,
Estonia se revela como un
destino de naturaleza intacta,
historia singular y cultura festiva

El mar Báltico se originó después de la última glaciación tras permanecer bajo el hielo durante milenios así como las tierras que forman su litoral. Sin el peso de los hielos esos terrenos se elevaron lenta y progresivamente y entre sus orillas fue surgiendo el territorio de Estonia. Los glaciares menguaban perdiendo capacidad de arrastre y muchas grandes rocas que transportaban se quedaron varadas. Repartidas al azar. Esos bloques erráticos de varias toneladas caracterizan Estonia y se localizan en medio de bosques, junto a su costa o en las calles de su capital.

Un catálogo de arquitectura

Tallín surgió como una fortaleza y después, en el siglo XIII, prosperó al amparo de la Liga Hanseática. De aquella época dorada posee un precioso casco antiguo con una plaza medieval auténtica donde sobresale el ayuntamiento del siglo XV, además de muchas calles y casas de entonces rodeadas por una muralla repleta de torres. Posteriormente, a mediados del siglo XVI, la **iglesia de san Olaf** se convertiría en el edificio más alto del mundo durante 76 años con una torre de 159 m. Era tan alta que más que una referencia para los barcos ejerció de pararrayos ardiendo en 1625, ahora mide 124 m. Todo este patrimonio fue reconocido por la UNESCO en 1997.

La ajetreada historia de la capital es muy peculiar debido a su situación entre grandes imperios. Durante la época soviética las barriadas de Telliskivi y Rotermann tuvieron gran importancia industrial, ferroviaria y naval. Sin embargo ahora nos muestran como aquellas antiguas factorías han sido reconvertidas en viviendas, comercios y restaurantes con estilo.



Campo de las Canciones



Barco rompehielos



Viñedos de Muhu

En la zona oriental de Tallín donde el bosque se mezcla con la ciudad se encuentra el Campo de las Canciones, un inmenso escenario para 10.000 coristas que utilizan para celebrar el Festival de la Canción cada cinco años. Son muy alegres, les encanta festejar todo con música, cantando juntos.

Cuando el sol se inclina...

Llega el invierno. Y en esas latitudes disminuye mucho la luz y las temperaturas se vuelven negativas. Y como el Báltico tiene la más baja salinidad de todos los mares se hiela de forma muy compacta, hasta el punto de abrir carreteras sobre ese hielo al tráfico rodado para acceder a algunas islas. Por otro lado, también es fácil ver rompehielos realizando el transporte marítimo. Su baja densidad salina se debe a que está casi cerrado, a su escasa evaporación y a la abundancia de precipitaciones que le convierten en un mar salobre más que salado. Casi no sabe a sal.

Por sus fríos inviernos y su naturaleza repleta de bosques de abetos se considera a Tallín como el lugar de origen del árbol de Navidad. Existen documentos que afirman que, en 1441, la Hermandad de las Cabezas Negras colocó un árbol en la plaza para festejar la Navidad bailando y celebrando a su alrededor.

Miles de islas de todo tipo

La parte insular del país sorprende, más de 2.300 islas e islotes completan la silueta nacional pero solamente 22 de ellas están habitadas. Saaremaa, que significa isla-tierra, es la más grande y rebosa sorpresas. La primera es que para llegar en ferri antes hay que atravesar la isla de Muhu; una isla de uvas, árboles y caballos.



Castillo de Kuressaare. Isla de Saaremaa

Muhu es de uvas porque uno de los vinos más septentrionales que se elaboran en el mundo aquí se vendimia; y es de frondosos bosques que la visten; y de pasearlos y disfrutarlos a caballo. Ambas islas están separadas por un estrecho y somero canal pero también unidas, por un puente. Cruzemos a Saaremaa

La costera y encantadora Kuressaare, su capital, posee la fortaleza estonia mejor conservada y alberga entre sus muros tres museos y una biblioteca. A la ciudadela en forma de estrella se accede cruzando un gran foso inundado a través de una de las tres islas con baluartes defensivos que completan la fortificación.

Embarcados y aislados

Las conexiones acuáticas acontecen a cada paso. El río Lõve en sus 32 Km desciende pocos metros y se interna en la Reserva Natural de Laidevahe, un entorno de pura vida iluminada por un verde radiante. Repletas de vegetación tanto en sus orillas como dentro del cauce estas aguas parecen surcar intrincadas e inaccesibles selvas. Su perfil plano provoca que el caudal desborde el lecho y el frondoso bosque de galería que lo acompaña quede anegado mostrando imágenes sensacionales. Como hizo Alicia persiguiendo al conejo, al descender el Lõve en kayak se accede a otro mundo. Se entra en la naturaleza exuberante donde se siente la vida silvestre, se huele el verdor y se respira la aventura. En su tramo final antes de desembocar se entrega al lago Oessaare rodeado de árboles

Naturaleza de la isla de Saaremaa



y plagado de plantas lacustres y algas, un insólito rincón donde habitan multitud de aves acuáticas que nadan, vuelan y cantan.

Y aún hay más, más allá de Saaremaa. A la Reserva Natural de Abruksa, una islita al sur de Kuressaare, se llega navegando en velero. Una treintena habita en este paraíso aislado entre imágenes antiguas, viviendo entre el bosque y el mar. Y sin asfalto. Aunque se puede explorar Abruksa en un viejo camión soviético que te trasladará más allá de la realidad.



Puerto de Flåm

Entre fiordos y montañas

El viaje en el tren de Flåm

Texto: Rosario Alonso - **Fotografía:** Jose A. Muñoz

Más que un tren, el Flåmsbana es un relato que une la calma de los fiordos con la fuerza de la montaña

El tren de Flåm asciende lentamente desde la orilla del Aurlandsfjord, donde el agua refleja montañas verticales, hasta las cumbres nevadas de Myrdal. En apenas una hora, el paisaje cambia de fiordo a alta montaña: túneles excavados a mano, cascadas que rugen a pocos metros y valles que parecen no tener fin. Cada curva abre una postal distinta, un viaje en el que la naturaleza noruega se muestra en toda su grandeza.

El tren de Flåm: un viaje entre montañas y agua

Viajar en el tren de Flåm, de estilo vintage, no es solo trasladarse entre dos puntos del mapa noruego; es aceptar una invitación a entrar en el corazón de un paisaje que parece diseñado para el asombro. Como periodista de viajes, habituada a observar con mirada crítica, pocas veces he sentido la necesidad de dejar el cuaderno en el regazo y limitarme a contemplar.

Un comienzo entre fiordos

La travesía arranca en Flåm, un pequeño pueblo noruego que se recuesta en la orilla interior del **Aurlandsfjord**, uno de los brazos del célebre **Sognefjord**, el fiordo más largo y profundo de Noruega (solo superado por el Scoresby Sund de Groenlandia) y uno de los más espectaculares del planeta. Allí, entre aguas tranquilas y paredes de roca que parecen cortar el cielo, el tren comienza su ascenso hacia el interior. El contraste es inmediato: el sosiego del fiordo queda atrás mientras los raíles se adentran en un paisaje cada vez más agreste. En la estación, los turistas se mezclan con excursionistas cargados de mochilas y ciclistas que sueñan con descender por la carretera serpenteante del valle. Desde el primer movimiento de la locomotora, todos sabemos que el espectáculo no va a estar solo en el destino, sino en cada kilómetro recorrido.

Una obra de ingeniería y de paciencia

El Flåmsbana, como lo llaman los noruegos, asciende en apenas 20 kilómetros un desnivel de 866 metros, lo que lo convierte en uno de los ferrocarriles de vía normal más empinados del mundo. El trayecto, inaugurado en 1940 tras dos décadas de trabajos, se ganó a pulso su reputación de proeza técnica: 20 túneles perforados en la roca, la mayoría excavados a mano, se suceden en un trazado donde cada curva parece desafiar la gravedad.



Vista del fiordo desde Flåm

Vagones clásicos del Flåmsbana





La Huldre de la cascada y foto inferior la cascada de Kjosfossen

Mientras el tren se adentra en estos pasadizos oscuros, uno imagina a los obreros que pasaron años tallando piedra a golpe de dinamita y pico. A la salida de cada túnel, la luz revela un paisaje diferente: prados con casas de madera pintadas de rojo, ríos que bajan desbocados y montañas nevadas incluso en verano.

El rugido de Kjosfossen

Uno de los momentos más intensos del viaje llega cuando el tren se detiene junto a la **cascada de Kjosfossen**. El estruendo del agua rompe cualquier intento de conversación. Más de 90 metros de caída convierten al lugar en un escenario natural que no necesita decorado adicional. Durante el verano, el espectáculo se enriquece con la aparición de la “Huldre”, un personaje femenino del folclore noruego que, entre música y danza, recuerda a los viajeros que en estas tierras la naturaleza siempre tuvo rostro de leyenda.

Observar la cascada desde la plataforma del tren es una experiencia sensorial: la bruma moja el rostro, el aire huele a roca húmeda y el estrépito ensordece, como si el fiordo entero se hubiera comprimido en ese punto.



Rutas en bicicleta y turismo activo

El tren avanza hacia Myrdal, pero no todos los pasajeros completan el trayecto. Muchos descienden en estaciones intermedias para lanzarse a una de las experiencias más buscadas: la ruta ciclista por el valle de Flåmsdalen, un itinerario que aprovecha el antiguo camino de construcción del ferrocarril. Los más intrépidos ascienden con sus bicicletas en el tren y luego emprenden un descenso de 20 kilómetros entre cascadas, bosques y aldeas.

El valle también se presta al senderismo, con rutas señalizadas que permiten caminar junto a torrentes y prados donde pastan ovejas. Y para quienes prefieren el contacto con el agua, el kayak en el Aurlandsfjord abre otra perspectiva: remar al pie de paredes verticales de más de mil metros es comprender la magnitud de estos paisajes desde la humildad.

Conexiones y continuidad del viaje

Al llegar a Myrdal, la pequeña estación situada a 867 metros de altitud, el viajero se encuentra con un nudo ferroviario que conecta la línea de Flåm con el eje principal que une Bergen y Oslo. El cambio de tren supone también un cambio de escala: de la intimidad del valle a la amplitud de la red noruega, que abre la puerta a dos destinos esenciales.



Paisajes desde el tren y en foto inferior el Museo del Flåmsbana





Cascada de Tvindefossen



Vista aérea de Voss y su impresionante lago

Hacia el oeste, el recorrido conduce a Bergen, la ciudad hanseática que vive entre fiordos y montañas, puerta de entrada al Atlántico. Hacia el este, la vía se dirige a Oslo, la capital, donde la modernidad arquitectónica convive con museos y una intensa vida cultural.

El viaje de Flåm, así, no termina en Myrdal, sino que se prolonga en cualquiera de estas direcciones, como si los raíles se encargaran de enlazar la Noruega íntima con la urbana.

Voss, tierra de aventura

No muy lejos de este itinerario se encuentra Voss, otra población que merece una pausa. Conocida como la capital del turismo activo en Noruega, Voss ofrece todo lo imaginable: desde vuelos en ala delta y parapente hasta rafting en ríos impetuosos. Su lago y sus montañas convierten al lugar en una meca para quienes buscan adrenalina. Para el viajero que ha recorrido el Flåmsbana, Voss es la extensión natural de un viaje que comenzó contemplativo y puede terminar con un desafío físico.

Un viaje que queda en la memoria

En poco más de una hora, el tren de Flåm consigue condensar la esencia de Noruega: fiordos que parecen espejos infinitos, montañas verticales, cascadas que rugen y túneles que recuerdan el ingenio humano. Pero lo que queda en la memoria no son solo los paisajes, sino la sensación de haber atravesado un territorio donde la naturaleza sigue marcando el ritmo.

Cuando el tren se detuvo en Myrdal y cambié de convoy hacia Bergen, llevaba conmigo una certeza: el viaje en el Flåmsbana no es un traslado, es un relato. Uno que empieza en las aguas tranquilas del Sognefjord, se eleva por los valles del interior y deja al viajero en contacto con una Noruega que, entre fiordos y montañas, parece no tener final.

Escenas noruegas entre montañas, ríos y pequeñas aldeas





Copenhagen

Déjate llevar por el *hygge* danés

Texto: Rosario Alonso - Fotografía: Archivo y Jose A. Muñoz

Lo primero que sorprende al visitante es lo manejable que resulta la capital danesa. No tiene rascacielos intimidantes ni un tráfico imposible. Aquí las distancias se recorren mejor sobre dos ruedas. Copenhague está pensada para ciclistas: carriles amplios, semáforos adaptados y una educación vial que haría llorar de envidia a más de una capital europea. Alquilar una bicicleta es, además, la mejor forma de integrarse en el paisaje urbano.

El centro histórico, **Indre By**, se recorre sin prisas. En un paseo se puede pasar de la majestuosa Plaza del Ayuntamiento a la animada calle peatonal Strøget, repleta de tiendas y cafés, y terminar en Nyhavn, el puerto más fotografiado de Dinamarca. Sus casas de fachadas coloridas, alineadas como fichas de dominó junto al canal, son la imagen que todo viajero quiere llevarse a casa.

Entre cuentos y diseño

Si Copenhague tuviera que elegir un embajador cultural, sería Hans Christian Andersen. El autor de La sirenita vivió aquí gran parte de su vida, y su presencia se deja sentir en placas conmemorativas, rutas literarias, museos dedicados a su figura y, por supuesto, en la estatua de bronce de la Sirenita, sentada en silencio frente al mar. Es pequeña, sí, y siempre está rodeada de turistas curiosos, pero forma parte inseparable de la identidad de la ciudad. La capital danesa también es un escaparate del diseño escandinavo.

El Palacio de Amalienborg, residencia de la familia real, permite presenciar el cambio de guardia, un ritual impecablemente cronometrado. A pocos pasos, la Ópera de Copenhague, con arquitectura contemporánea y acústica de primer nivel, recuerda que esta es una ciudad que mira al futuro sin olvidar su historia.

Comer bien, comer con calma

El hygge también se siente a la mesa. Copenhague ha ganado fama como capital gastronómica gracias a restaurantes de renombre como Noma, pero no hace falta reservar con meses de antelación para comer bien. La cocina danesa combina sencillez y producto local, con platos como el smørrebrød, rebanada de pan de centeno cubierta con arenques marinados, roast beef con remoulade o gambas peladas.

Hay ciudades que parecen pensadas para vivir deprisa y otras que invitan a bajar el ritmo. Copenhague pertenece, sin duda, al segundo grupo. No es sólo cuestión de bicicletas, canales y fachadas de colores: es la forma de entender la vida que los daneses llaman hygge. Una palabra difícil de traducir —y aún más de pronunciar sin parecer un turista— que resume la felicidad de las cosas sencillas: una charla con amigos, un café caliente mientras llueve fuera, una manta y buena compañía. En Copenhague, el hygge no es un lujo, es parte de la rutina.

Nyhavn, el puerto histórico del siglo XVII





Palacio de Amalienborg, Iglesia de Fredericks al fondo y en foto inferior la plaza del Ayuntamiento



Para un ambiente más animado, **Torvehallerne** es un mercado gastronómico cubierto con quesos, embutidos, repostería y puestos de café. Un lugar ideal para practicar el arte de sentarse, observar y dejar que pase el tiempo.

El arte de no hacer nada...

Los daneses han perfeccionado la capacidad de disfrutar de los pequeños momentos. En verano, eso significa sentarse en parques como los Jardines del Rey con un picnic improvisado. En invierno, significa refugiarse en un café con grandes ventanales mientras la ciudad se tiñe de tonos grises.

La mejor manera de entenderlo es dejar de lado la agenda y simplemente pasear. Puede ser cruzando el canal hasta Christiania, el barrio autogestionado famoso por su espíritu alternativo, o explorando Vesterbro, antiguo barrio obrero ahora lleno de bares y galerías.

Museos que invitan a quedarse

El Museo Nacional de Dinamarca recorre la historia del país desde la prehistoria hasta hoy. El Museo de Arte Moderno de Louisiana, a las afueras, combina arte moderno con vistas espectaculares del estrecho de Øresund.



Vista del Tivoli, en el centro de la ciudad

Ópera de Copenhague





La estatua de la Sirenita

Y luego está la experiencia Tivoli: parque de atracciones abierto en 1843 que sigue siendo un lugar para todas las edades. Montañas rusas de madera, jardines iluminados y conciertos al aire libre crean un hygge colectivo.

Copenhague nocturna

La noche en Copenhague es tranquila, pero no aburrida. Los bares invitan a la conversación más que al ruido, y la cerveza local fluye generosa. En verano, los muelles se llenan de gente; en invierno, la luz de las velas hace el resto.

Los daneses no necesitan grandes excusas para reunirse, y el visitante es bienvenido a sumarse. Puede ser en un bar de cócteles minimalista o en una cervecería de barrio. Lo importante no es el lugar, sino la compañía.

Volver con algo más que fotos

Copenhague no se entiende sólo por lo que se ve, sino por lo que se siente. El hygge no es un souvenir que pueda meterse en la maleta, pero sí una actitud que se puede llevar de regreso: el valor de lo sencillo, el gusto por los momentos compartidos, la calma en medio de la rutina.

El famoso barrio alternativo de Christiania





El molino de viento de Kastellet

Palabra clave: Hygge

Se pronuncia “júgüe” y significa disfrutar de las pequeñas cosas con calma y buena compañía.

Cómo moverse

Alquila una bicicleta, es rápido, económico y forma parte de la cultura local. El metro es otra forma muy recomendable para moverse. La ciudad es muy llana y caminar es muy agradable.

Cuándo ir

Verano: días largos, terrazas y festivales.

Invierno: perfecto para vivir el hygge a la luz de las velas.

Qué probar

Smørrebrød: pan de centeno con arenques, roast beef o gambas.

Café danés: fuerte, aromático, servido sin prisas.

Cerveza local: Carlsberg, Tuborg o artesanas.

Dónde alojarse

Villa Copenhagen, ubicado en la antigua oficina de correos, es un hotel céntrico perteneciente a **Preferred Hotels & Resorts**, está junto a la estación central y los Jardines de Tivoli. Combina historia y modernidad con un concepto de lujo sostenible, piscina en la azotea, restaurante orgánico y un elegante diseño nórdico, ideal para descubrir cómodamente la ciudad.

Curiosidad cultural

En Dinamarca se encienden velas incluso en oficinas y bares: la luz cálida es parte de su identidad.

Visitas imprescindibles

- Nyhavn.
- La Sirenita.
- Palacio de Amalienborg.
- Tivoli.
- Palacio de Rosenborg
- Palacio de Christianborg o Parlamento danés

Hotel Villa Copenhagen





Albacete

Parques naturales, senderos entre cascadas, pueblos con historia y fiestas únicas convierten a Albacete en un destino que sorprende al viajero en cada estación

Texto: Clara Serrano Vega - claraserranovega@gmail.com

Fotografía: Asociación de Hostelería y Turismo de Albacete (APEHT)



Arco de la Vía Láctea sobre lavanda - Ossa de Montiel © Diego Villalobos

Bajo los cielos despejados de Albacete, donde la contaminación lumínica apenas alcanza, la provincia se abre al universo como primer Destino Turístico Starlight del mundo. Una red de miradores, rutas nocturnas y enclaves únicos invitan a descubrir la noche en su estado más puro.



Castillo de Libisosa - Arco Vía Láctea © Diego Villalobos

Albacete, bajo un cielo que se abre al universo

Albacete se ha convertido en el primer territorio del mundo en ser designado Destino Turístico Starlight, un reconocimiento que premia la limpieza de sus cielos y la apuesta de la provincia por el astroturismo. Comarcas como Mancha Júcar-Centro y Monteibérico-Corredor de Almansa han logrado la certificación, impulsando la creación de una red de 17 miradores astronómicos destinados a atraer viajeros y aficionados de todo el planeta.

La propuesta no se limita a la observación: rutas nocturnas, talleres de astrofotografía y sesiones guiadas convierten la experiencia en un viaje cultural y científico. Entre los miradores destacan enclaves como **Casas de Lázaro, Bogarra o Liétor**, donde la oscuridad absoluta revela con nitidez constelaciones y planetas. En la Manchuela, el mirador de Abengibre asoma al valle del Júcar, mientras que en el **Corredor de Almansa el castillo medieval** se convierte en una atalaya privilegiada para seguir el curso de la Vía Láctea.

La joya del astroturismo provincial es la Sierra del Segura, reconocida como uno de los territorios europeos con mejores condiciones para la contemplación del firmamento. En **Nerpio**, el Centro de Interpretación del Universo y el complejo internacional gestionado por AstroCamp permiten acercarse a la investigación astronómica. Desde aquí se rastrean planetas extrasolares, se documentan novae y supernovas y se han captado imágenes del quásar J1148+5251, el objeto más lejano conocido por el ser humano.

Otros pueblos serranos, como **Yeste, Letur o Riópar**, invitan a prolongar la experiencia con caminatas nocturnas y cielos intactos, donde galaxias y cúmulos estelares aparecen con una claridad que emociona. En **Ayna**, la “Suiza manchega”, el contraste de las hoces del río Mundo con la bóveda celeste multiplica el espectáculo.

Albacete ha hecho de la noche un recurso turístico de primer nivel. Un lugar donde la ciencia se mezcla con la emoción de mirar hacia arriba y comprender que, en el silencio de la oscuridad, el universo entero se abre a nuestros ojos.

Lagunas de Ruidera con la Vía Láctea © Diego Villalobos



Albacete, tierra de calma y horizontes verdes

Parques naturales, ríos cristalinos y lagunas turquesas convierten a Albacete en un refugio para el descanso y la aventura.

Albacete sorprende. A menudo asociada a la llanura manchega y a la ciudad que la nombra, la provincia guarda un mosaico de paisajes donde la naturaleza, el patrimonio y la tradición popular se entrelazan. Dos parques naturales, rutas que invitan a caminar sin prisas y festivales de hondas raíces culturales hacen de este rincón de Castilla-La Mancha un destino que va mucho más allá de los tópicos.

Parques que laten con agua

El Parque Natural de los Calares del Mundo y de la Sima es, sin duda, uno de los paisajes más impresionantes del sureste peninsular. Allí nace el río Mundo, en un paraje donde la roca caliza y los bosques de pinos se combinan con la espectacularidad del “**reventón**”: un fenómeno natural que expulsa con fuerza miles de litros de agua desde la cueva. La localidad de **Riópar** sirve de puerta de entrada a este entorno donde las rutas se adentran en gargantas y miradores que regalan panorámicas inolvidables.



Laguna de aguas turquesas - foto inferior, practicando kayak en las Lagunas de Ruidera



Ruta del Zarzalar



El segundo gran emblema natural son **las Lagunas de Ruidera**, compartidas con Ciudad Real, pero con buena parte de su esplendor en Albacete. Se trata de un conjunto de quince lagunas escalonadas unidas por cascadas y arroyos que parecen sacados de un paisaje alpino. Sus aguas turquesas, rodeadas de carrizos y encinas, son un paraíso para practicar kayak, buceo o simplemente detenerse a contemplar. No es casualidad que muchos lo llamen “el Caribe manchego”.

Naturaleza en movimiento

La provincia despliega un catálogo casi inagotable de rutas, donde cada camino combina paisaje, patrimonio y tradición.

La Ruta del Tranco del Lobo, en la Manchuela, conduce hasta un impresionante mirador natural desde el que se dominan los valles y montañas cubiertos de pinares. Es un recorrido exigente, pero de gran recompensa visual.

En Nerpio, la Ruta del Zarzalar permite adentrarse en un entorno de cascadas, túneles de vegetación y pozas cristalinas, un oasis perfecto para quienes buscan frescor y naturaleza en estado puro.



Ruta entre barrancos



Rutas de montaña en Yeste, un paraíso para el ciclismo

Cascadas del nacimiento del Río Mundo



La Ruta de las Esculturas y Cascadas de Bogarra combina arte y naturaleza. A lo largo del sendero, decenas de esculturas al aire libre dialogan con el rumor del agua y los bosques de ribera.

El cine también tiene su lugar en las montañas albaceteñas. **La Ruta Cinematográfica “Amanece, Que No Es Poco”, en Ayna** y alrededores, recorre los escenarios naturales de la mítica película de José Luis Cuerda, convertidos en lugares de culto para cinéfilos.

En Riópar, la ruta al Nacimiento del Río Mundo es una de las más visitadas. El sendero conduce hasta el imponente chorro de agua que brota de la cueva y que, en época de deshielo, multiplica su caudal en el fenómeno conocido como “el reventón”.

La Ruta de los Miradores de Ruidera enlaza balcones naturales desde donde contemplar las distintas lagunas, sus cascadas y la vegetación de ribera. Un paseo tranquilo que invita a detenerse en cada punto de observación.

La ruta “Entre Barrancos” une Alcalá del Júcar, Tolosa, La Gila y Casas del Cerro siguiendo el curso del río. Es un recorrido circular en el que destacan los cañones y hoces que han hecho famoso a este paisaje, uno de los más fotografiados de la provincia.

Finalmente, el **Camino Natural Vía Verde del Renacimiento** recupera un antiguo trazado ferroviario para unir Albacete con Jaén. Ideal para recorrer en bicicleta o a pie, atraviesa paisajes agrícolas y de montaña, convirtiéndose en un eje perfecto para el cicloturismo.

Un viaje por siglos de historia

El patrimonio cultural de Albacete añade capas de sentido al viaje. La provincia conserva una colección de **25 imprescindibles** que abarcan desde castillos medievales hasta museos contemporáneos de gran singularidad. **Chinchilla de Montearagón**, con su imponente fortaleza del siglo XV, se erige como guardián de la llanura manchega, mientras que **Alcalá del Júcar**, con sus casas colgadas sobre el río, ofrece una de las estampas más reconocibles de la arquitectura popular en diálogo con el paisaje. **Letur**, recientemente incorporado a la red de Los Pueblos Más Bonitos de España, conserva su trazado árabe en un entramado de calles empedradas y miradores que regalan al viajero panorámicas inesperadas.

Los museos completan esta geografía cultural y permiten adentrarse en las señas de identidad de la provincia. El **Museo de la Cuchillería de Albacete**, situado en la Casa de Hortelano, rinde homenaje a un oficio declarado Bien de Interés Cultural y con Indicación Geográfica Protegida. La ciudad, que fue Capital Mundial de la Cuchillería en 2022, conserva talleres y colecciones que muestran cómo la tradición artesanal convive con la innovación. En Hellín, el **MUSS, Museo de la Semana Santa**, combina patrimonio religioso y etnográfico con un enfoque museográfico moderno. En Tobarra, el **Museo del Tambor** guarda más de 4.000 piezas vinculadas a una tradición declarada de Interés Turístico Internacional, mientras que en Elche de la Sierra el **Museo de las Alfombras de Serrín** preserva una manifestación artística efímera que cada Corpus Christi tiñe de color las calles del municipio.



Alcalá del Júcar de noche

Ermita de Belén en Liétor





Torre de la Iglesia de San Francisco en Caudete y foto inferior vista de Riopar Viejo



Festivales con alma popular

La provincia es también tierra de fiestas con una fuerza singular. La más célebre es **la Feria de Albacete**, que se celebra del 7 al 17 de septiembre y está declarada de Interés Turístico Internacional. Durante diez días, el Recinto Ferial —construido en el siglo XVIII y conocido popularmente como “**La Sartén**”— se convierte en un hervidero de actividad con conciertos, desfiles, corridas de toros, espectáculos folclóricos y una oferta gastronómica que confirma el carácter abierto y hospitalario de la ciudad. Otros eventos completan el calendario festivo de la provincia con personalidad propia. **La Batalla de Almansa**, recreada cada mes de abril con gran rigor histórico, devuelve a las calles la memoria de uno de los episodios bélicos más determinantes de la Europa del siglo XVIII. En Tobarra, los redobles ininterrumpidos de los tambores durante la Semana Santa llenan la comarca de un sonido ancestral que estremece a miles de visitantes. En Hellín, las procesiones se convierten en un espectáculo colectivo en el que la devoción y la música se entrelazan, mientras que en **Elche de la Sierra las alfombras de serrín tiñen de color el Corpus Christi**, transformando el pueblo en una galería de arte efímero.

Recreación de la Batalla de Almansa



Feria de Albacete



Alfombras de serrín en Elche de la Sierra

Cada uno de estos festejos, unido a la riqueza de los museos y al valor de su patrimonio histórico, confirma que Albacete es mucho más que un territorio de paso: es un auténtico museo al aire libre, con entrada libre y hospitalidad incluida, donde el viajero encuentra cultura, memoria y celebración en cada rincón.

Una tierra por redescubrir

Naturaleza, cultura y fiesta se funden en Albacete en un equilibrio perfecto. Desde el rumor del agua en Ruidera hasta la algarabía de la Feria, pasando por las sendas silenciosas de la Sierra del Segura o las calles medievales de Chinchilla, la provincia ofrece al viajero un territorio por redescubrir. Y en un tiempo en que buscamos calma y experiencias auténticas, pocos lugares invitan tanto como Albacete a detenerse, respirar y mirar alrededor.





Desfiladero de la Hermida © Jose A. Muñoz

En el occidente de Cantabria, la comarca de Saja-Nansa dibuja un mosaico de paisajes en el que los ríos marcan el ritmo de la vida y los pueblos conservan intacta la arquitectura popular. Aquí, el turismo rural no es un invento reciente, sino una forma de entender el territorio y de mantener vivas sus tradiciones.

El gran emblema natural de la zona es **la Reserva del Saja**, un extenso espacio protegido donde conviven robledales, hayedos y praderas de montaña. Es, además, uno de los santuarios de la fauna ibérica: en sus senderos no es raro encontrar huellas de corzo, jabalí o venado, y con algo de fortuna, avistar al esquivo oso pardo en sus desplazamientos entre los montes cántabros y la Cordillera. El otoño se convierte en un espectáculo sonoro con la berrea de los ciervos, atrayendo cada año a numerosos visitantes. Pero **Saja-Nansa** no es solo naturaleza. Su patrimonio subterráneo tiene en la **Cueva El Soplao** una de las joyas más singulares de España. Descubierta a comienzos del siglo XX, fue primero explotada como mina y después reconocida como un prodigio geológico por sus formaciones excéntricas, caprichosas estalactitas que parecen desafiar las leyes de la gravedad. La visita, adaptada para el turismo, permite adentrarse en un universo mineral único, un espectáculo que asombra tanto a expertos como a curiosos.

Comarca de **SAJA-NANSA** Cantabria

Texto: Redacción

Fotografía: Turismo de Cantabria, Comarca de Saja-Nansa y archivo

Interior de la Cueva de El Soplao © Turismo de Cantabria



En la parte más marinera de la comarca, **San Vicente de la Barquera** abre su puerto al Cantábrico con la silueta de los **Picos de Europa** como telón de fondo. Su casco histórico, con la iglesia de Santa María de los Ángeles y las murallas medievales, recuerda su importancia en la ruta jacobea del norte. Hoy, sus playas y su ambiente marinero atraen a viajeros en busca de buen pescado, paseos costeros y esa mezcla perfecta de mar y montaña.

El contrapunto lo pone **Bárcena Mayor**, considerado el pueblo más antiguo de Cantabria y uno de los más bellos de España. Sus casas de piedra y balconadas de madera, agrupadas en torno a una calle principal, ofrecen al visitante la imagen intacta de la arquitectura montañesa. Pasear por sus rincones es sumergirse en la vida tradicional, con la tranquilidad de un entorno natural que lo arropa.

Y a pocos kilómetros, como un inesperado regalo, se levanta **el Capricho de Gaudí en Comillas**, la obra modernista que pone color y fantasía al recorrido. La firma del arquitecto catalán, con su inconfundible torre circular y su decoración vegetal, añade un guiño artístico a un territorio donde la piedra, la madera y la naturaleza son protagonistas.

Saja-Nansa es, un destino donde cada parada abre una puerta diferente: la naturaleza salvaje, la memoria minera, el sabor marinero o la calma rural. Una comarca que invita a viajar despacio y dejarse sorprender en cada curva del camino.



Puerto de Palombera en el Parque Natural del Saja

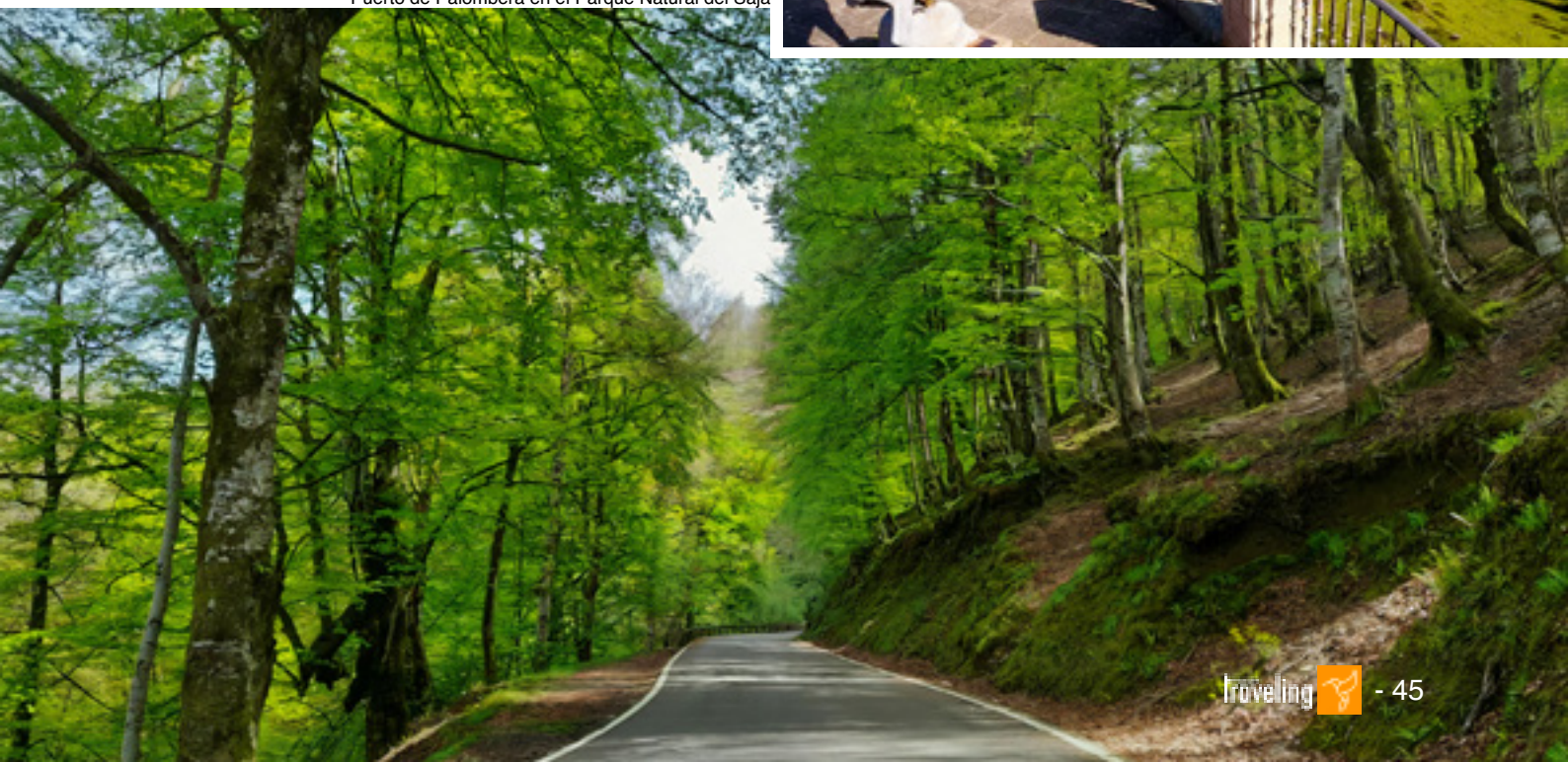
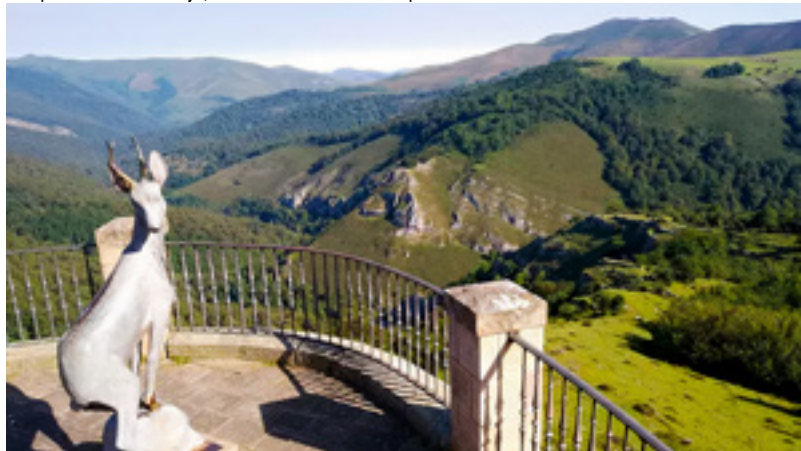


San Vicente de la Barquera



Panorámica de Bárcena Mayor

Parque Natural del Saja, desde su mirador en el puerto de Palombera





El Capricho de Gaudí

Una Casa en Clave de Sol

Comillas (Cantabria)

Texto: Rosario Alonso - **Fotografía:** Jose A. Muñoz - **Foto:** Entrada principal de la casa

Comillas, en la costa occidental de Cantabria, es una localidad que, pese a su tamaño modesto, ocupa un lugar destacado en la historia de la arquitectura española. A finales del siglo XIX, este enclave marítimo se transformó en un foco de modernidad gracias al impulso de Antonio López y López, el primer marqués de Comillas. Su ascendente carrera empresarial, vinculada al comercio marítimo y a la creación de la Compañía Transatlántica, le otorgó una fortuna que destinó, en parte, a embellecer su ciudad natal y hacer de ella un refugio-balneario de las elites españolas tras el debut de Comillas como lugar de veraneo del rey Alfonso XII allá por 1881-1882.

Ese mecenazgo atrajo a algunos de los arquitectos más influyentes del momento, entre ellos Domènech i Montaner, Joan Martorell, Cristóbal Cascante y, de manera decisiva, un joven Antonio Gaudí.

El marqués de Comillas y su entorno dieron lugar a un conjunto patrimonial único en Cantabria: el Palacio de Sobrellano con su Capilla-Panteón, la Universidad Pontificia y, como una joya arquitectónica singular, El Capricho. Fue encargado por el indiano Máximo Díaz de Quijano, un rico abogado afincado en Cuba, que además era concuñado del Marqués pues su hermana Benita estaba casada con el hermano del Marqués. El encargo a Gaudí llegó en 1883, cuando el arquitecto apenas contaba con 31 años.

Una obra temprana de Gaudí

El Capricho es una de las pocas obras de Gaudí fuera de Cataluña, y pertenece a su etapa de juventud, junto con el Palacio Episcopal de Astorga y la Casa Botines en León. El edificio, terminado en 1885 por el arquitecto Cristóbal Cascante a partir de los planos de Gaudí, muestra ya muchas de las claves que caracterizarían el estilo maduro del arquitecto: la integración de la naturaleza en la arquitectura, la importancia de la ornamentación como lenguaje simbólico y el uso imaginativo de las formas tradicionales.

Aunque concebido como residencia privada, El Capricho se erige como un laboratorio de ideas en el que Gaudí experimenta con elementos que después perfeccionaría en la Casa Vicens o en el Parc Güell. La combinación de lo pintoresco con lo funcional, lo decorativo con lo estructural, convierte a esta obra en un ejemplo fundamental para entender la evolución del modernismo catalán.







Uno de los salones de la casa, con las peculiares contraventanas musicales

Arquitectura y materiales

El edificio presenta una planta alargada, adaptada a la orientación solar y a las necesidades del propietario, un apasionado de la música y un hombre soltero. 720 m² distribuidos en 3 plantas (sótano, principal y ático que se comunican por 2 escaleras laterales de caracol estrechísimas) y se organizan en torno a una torre circular que recuerda a un alminar o minarete coronada por un mirador desde el que se contemplan los prados de Comillas. La fachada, de ladrillo visto y cerámica esmaltada, juega con el contraste cromático y la textura, mientras que los azulejos con motivos de girasoles marcan el ritmo decorativo y transmiten el constante diálogo con la naturaleza.

La casa es un girasol arquitectónico pensado para su uso acorde a las horas solares con eficiencia y sostenibilidad (su diseño es de hace 140 años) y de este propósito es la mejor muestra el invernadero en medio de la casa que servía para además para calefactarla con un sistema muy parecido al conocido como “gloria castellana” con cámara bajo el suelo, pero sustituyendo la función del horno por la del sol que filtra el invernadero. La disposición de los espacios interiores responde tanto a criterios de comodidad como de originalidad, así como al acompasamiento de sus usos a la luz solar. El salón principal está concebido como un espacio flexible para celebraciones musicales, mientras que la galería

acristalada orientada al sur aprovecha al máximo la luz natural. La combinación de hierro forjado, cerámica vidriada y piedra confiere al edificio una riqueza material que va más allá del mero ornamento: es un manifiesto de la voluntad de Gaudí de transformar la tradición en innovación. Magníficas vidrieras de vidrio templado inacabadas, como la propia casa, se diseñaron para ornamentar la parte superior de todas las ventanas con representaciones de animales que tocan instrumentos musicales; sensacionales artesanados en los techos de madera de pino de Oregón, que cambian cuando también lo hace el uso de la estancia en que estamos; ventanas y contraventanas con contrapesos con sistema de guillotina y persianas sin cuerdas que se enrollan solas, diseñadas para ser automáticas con un sistema de contrapesos de 3 kg que al manipularlas emiten melodías, así como puertas que aparecen y desaparecen aprovechando espacios creando ambientes inesperados son solo ejemplos de la innovación que supone esta impresionante creación artística.

Naturaleza y música: dos inspiraciones esenciales

La naturaleza es, sin duda, el gran hilo conductor de la obra. Los girasoles, reproducidos en cerámica, no solo decoran, sino que refuerzan la idea de movimiento y de búsqueda de la luz.



Vista del invernadero, una de las estancias más luminosas de la casa

Detalle de uno de los balcones del salón principal



La torre circular con su remate en forma de mirador recuerda a un tallo que crece hacia el cielo, mientras que los balcones y cornisas evocan elementos vegetales u otros de gran simbolismo. Gaudí, que concebía la arquitectura como un organismo vivo, anticipa aquí la fusión entre entorno y edificación que desarrollaría con plenitud en la Sagrada Familia.

La música, por su parte, está íntimamente ligada a la figura de Díaz de Quijano, melómano empedernido que deseaba una casa donde pudiera vivir rodeado de su pasión. Gaudí diseñó ventanas y estancias que evocaban notas musicales y ritmos, y concibió la estructura de la vivienda como una partitura arquitectónica en la que cada elemento tenía su tempo. Incluso los ventanales con vidrieras de colores y los arcos contribuyen a generar una sensación de cadencia, como si el edificio respirara al compás de una melodía. Pentagramas, notas musicales, hasta claves de sol en las barandillas de la torre, salpican la fachada. El salón principal, diseñado para dar conciertos, con el techo abovedado para mejorar la acústica, así como sus bancos exteriores a modo de palcos de un teatro que permitirían oír ejecuciones musicales como si estuviéramos dentro, nos confieren la sensación de que la casa es una partitura al completo.



Sala de fumadores
Detalle de las vidrieras



Curiosidades y transformaciones

Entre las curiosidades de El Capricho destaca su carácter experimental. El propio nombre podría hacer referencia a la libertad creativa con la que Gaudí abordó el proyecto, un “capricho” que se alejaba de las convenciones del academicismo. La muerte prematura de Díaz de Quijano, en 1885, apenas una semana después de su regreso a Comillas ya gravemente enfermo y con tan solo 47 años, añadió un halo de melancolía a la obra, que afianza de nuevo la idea de capricho o ensoñación de su propietario que no llegaría a disfrutarla y que tampoco permitió terminarla, aunque lo que quedó pendiente fueran solo trabajos de decoración.

La obra de juventud de Gaudí pasó por distintas manos y usos a lo largo del siglo XX, incluyendo un periodo de abandono.

En los años ochenta, el edificio fue restaurado y reconvertido en restaurante, y más tarde en museo dedicado al propio Gaudí. Hoy constituye uno de los grandes atractivos culturales de Comillas y forma parte de la red de edificios modernistas más visitados de España.

Valor patrimonial y arquitectónico

Más allá de su belleza singular, El Capricho representa el germen de un lenguaje arquitectónico que rompía con los moldes establecidos. En su fachada y en su planta se advierte la libertad creativa que caracterizaría la obra posterior de Gaudí, así como su capacidad para transformar lo cotidiano en extraordinario. La atención al detalle, la integración con la naturaleza y la dimensión simbólica convierten este edificio en un testimonio esencial de la relación entre arte, arquitectura y vida.

Comillas, gracias al mecenazgo del marqués y al talento de Gaudí, se consolidó como un punto de encuentro entre tradición cántabra y modernidad arquitectónica. El Capricho es, en este sentido, mucho más que una residencia de veraneo: es una declaración de intenciones, un canto a la creatividad que anticipa el modernismo y que sigue deslumbrando a arquitectos, diseñadores y visitantes más de un siglo después de su construcción.

**El Capricho
de Gaudí**





Santillana del Mar y Altamira

Huellas vivas de la historia

Texto: Clara Serrano Vega - Fotografía: Jose A. Muñoz Foto: Pórtico de la Colegiata de Santa Juliana

Cantabria guarda historias e Historia, pero pocas con tanto significado como Santillana del Mar y su vecina Cueva de Altamira. En esta villa que no mira al mar — pese a lo que dice su nombre — la historia se ha detenido como si pretendiera ser un libro de texto del que aprender el *modus vivendi* de nuestros antecesores, sin pretensiones y con una dignidad serena. Su trazado medieval, sus casonas blasonadas, sus calles empedradas por donde aún suenan los pasos de los siglos, la han convertido en uno de los conjuntos históricos mejor conservados de España. Pero no es solo su arquitectura lo que la hace única: es también la puerta a una de las páginas más prodigiosas del arte humano, la cueva de Altamira.

Ubicada a apenas dos kilómetros del centro histórico, Altamira no es solo una cueva, es un símbolo. Descubierta en 1868, fortuitamente por un cazador y su perro, y reconocida por su valor artístico por Marcelino Sanz de Sautuola en 1879, sus bóvedas decoradas con bisontes policromados revelaron al mundo que el arte no nació con Grecia ni con Roma, sino mucho antes, en el Paleolítico. Las pinturas, ejecutadas con ocre, carbón y óxidos de hierro, y aprovechando los relieves naturales de la roca, demostraron que aquellos hombres y mujeres de hace más de 15.000 años no eran salvajes, sino artistas con una sensibilidad sorprendente.

Altamira fue, y sigue siendo, una revelación. Pero también fue un motivo de controversia. En su momento, la comunidad científica dudó de la autenticidad de las pinturas. Costó años — décadas incluso — que se reconociera que aquellos bisontes rojos y negros eran obra de los antiguos habitantes de la cornisa cantábrica, y no un fraude moderno. Hoy, sin embargo, Altamira está considerada la “Capilla Sixtina del arte rupestre”, y es Patrimonio Mundial de la UNESCO desde 1985.

Reproducción de un bisonte en la Neocueva de Altamira





Museo de Altamira, entrada y una de sus salas

La cueva original se cerró al público en 2002, después de que estudios científicos alertaran de que el exceso de visitas estaba alterando el microclima y poniendo en peligro las pinturas. El cierre fue una decisión dolorosa pero necesaria. Sin embargo, la historia no se detuvo ahí. En 2001 se inauguró la Neocueva de Altamira, una reproducción exacta de la cavidad original, creada con una minuciosidad asombrosa. Esta réplica, construida junto al Museo Nacional y Centro de Investigación de Altamira, permite al visitante adentrarse en la experiencia sensorial y emocional del arte paleolítico sin poner en riesgo el tesoro original.

La Neocueva no es un decorado ni un simple simulacro: es el fruto de años de trabajo de arqueólogos, arquitectos y artesanos que replicaron no solo las pinturas, sino también la textura de las paredes, el relieve del techo, la iluminación tenue que habría acompañado a aquellos artistas primitivos. En ese espacio de penumbra, donde el color parece surgir directamente de la piedra, uno comprende que el arte no nació como ornamento, sino como algo más trascendente, casi un misterio.





Reproducción de las pinturas en la Neocueva de Altamira

El conjunto del Museo de Altamira se articula como una prolongación del paisaje. Su arquitectura, sobria y enterrada parcialmente, respeta el entorno y permite una visita que va mucho más allá del espectáculo visual. Paneles didácticos, proyecciones y piezas originales contextualizan la vida de los cazadores-recolectores que habitaron la zona. No se trata solo de ver bisontes: se trata de entender cómo se vestían, qué comían, cómo cazaban, cómo se relacionaban con el entorno.

La visita a Altamira encuentra su prólogo perfecto en el paseo por Santillana del Mar. Pocas localidades han conservado tan íntegro su carácter. La villa gira en torno a la Colegiata de Santa Juliana, joya románica del siglo XII, cuyo claustro invita al silencio. A su alrededor, calles empedradas donde se suceden casas solariegas con escudos en las fachadas, balcones de madera y soportales donde parece que el tiempo se ha hecho piedra.





1

El tránsito por Santillana no exige prisas. Cada esquina es una estampa: la torre del Merino, el Palacio de los Velarde, el de los Barreda, las antiguas cocheras convertidas en tiendas de artesanía, los portones abiertos que dejan entrever patios silenciosos. Aquí no hay ruido de motores: el casco histórico está restringido al tráfico, y eso permite que los pasos del visitante resuenen como los de un peregrino. Porque en cierto modo, Santillana es también eso: una peregrinación a lo auténtico. No hay estridencias ni grandes espectáculos. Todo es sobrio, antiguo, cuidado. Incluso el turismo, tan presente, parece respetar el espíritu del lugar. A diferencia de otros pueblos que han perdido su alma por la prisa del visitante, Santillana conserva la suya con discreción.

En los alrededores de la villa, el paisaje verde y ondulado de Cantabria acompaña sin imponerse. Pequeños prados, muros de piedra, vacas que pastan, alguna niebla que baja por la ladera.



2



3

- 1.- Calle de Juan Infante, entrada a la villa
- 2.- Casas del Águila y de la Parra
- 3.- La Colegiata de Santa Juliana
- 4.- Columnas del claustro de la colegiata
- 5.- Antiguos lavaderos

Es un territorio donde la historia no ha sido borrada por la modernidad, sino que convive con ella. Y Altamira, con su cueva clausurada pero presente, con su Neocueva abierta a la experiencia didáctica, sigue siendo un recordatorio de lo que fuimos y de lo que aún somos capaces de sentir.

Santillana del Mar y Altamira no se visitan, se escuchan. Es un viaje hacia atrás, pero también hacia dentro. Una búsqueda del origen que, como todo lo esencial, no necesita grandes palabras. Solo silencio, piedra y arte. Y el asombro intacto de sabernos herederos de algo muy antiguo que aún nos conmueve.

4



5



Museo y
neocueva
de Altamira



Santillana
del Mar



Iglesia de El Salvador, románica del siglo XIII, Ejea de los Caballeros

Ejea de los Caballeros

y los Pueblos de Colonización nacidos del agua

Texto: Rosario Alonso - **Fotografía:** Jose A. Muñoz

En el corazón de las Cinco Villas zaragozanas, la historia del siglo XX se escribió con agua, barro y esfuerzo. A partir de los años cincuenta, cuando el Estado franquista ejecutó finalmente el programa de modernización rural, diseñado durante la Dictadura de Miguel Primo de Rivera, a través del Instituto Nacional de Colonización, el entorno de Ejea de los Caballeros vivió una transformación profunda. Sobre tierras de secano que apenas daban para sobrevivir, se proyectaron canales, acequias y pueblos nuevos, con un objetivo claro: convertir el agua en vida.

El embalse de Yesa y el Canal de las Bardenas hicieron posible lo impensable. Decenas de miles de hectáreas pasaron del polvo al verdor. Y en torno a **Ejea** —cabecera natural y administrativa— nacieron siete núcleos de colonización: **Bardenas, El Bayo, El Sabinar, Santa Anastasia, Pinsoro, Valareña y Rivas**. No fueron simples poblados, sino comunidades completas, diseñadas con criterios funcionales y sociales, que acogieron a cientos de familias llegadas desde diversos rincones de Aragón y del resto de España. La adjudicación de los Lotes (incluían casa y ajuar doméstico, tierras de cultivo, aperos de labranza, animales de tiro y domésticos, ...) se ajustaba al cumplimiento de unos estrictos requisitos: tener entre 23 y 30 años; experiencia de dos años en tareas agrícolas; estar casado y con hijos, mejor si se era familia numerosa; saber leer y escribir; y acreditar moralidad y conductas aceptables.

Hoy, más de seis décadas después, estos pueblos siguen vivos. Conservan su estructura urbana original, mantienen su vocación agrícola y encarnan una de las grandes gestas rurales del siglo XX español.

Bardenas

Donde todo comenzó

Bardenas fue el primer pueblo de colonización inaugurado en el término de Ejea, en 1959. Se levantaron unas 220 viviendas, además de escuela, iglesia, cine, piscina e instalaciones deportivas. El trazado sigue el modelo racionalista: calles amplias, casas con patio y un espacio central para la vida colectiva. Actualmente cuenta poco más de 400 habitantes y su economía sigue centrada en el regadío, con cultivos de maíz, alfalfa, cebada y trigo. La cooperativa agrícola y las asociaciones locales mantienen viva la actividad cultural y económica.



El Bayo

Vida entre el canal y la villa

Muy próximo a Ejea, El Bayo se fundó en 1961 y en él se construyeron 171 viviendas. Su nombre hace referencia al color pardo claro de los suelos que lo rodean. Hoy viven en torno a 350 personas, muchas de ellas aún dedicadas al cultivo de cereales, forrajes y algo de ganadería. Su diseño urbano es sobrio y eficiente, con viviendas unifamiliares, iglesia, escuela y espacios públicos bien definidos. A las afueras del núcleo se encuentra la Casa del Colono, un espacio museístico que rinde homenaje a quienes dieron vida a los pueblos del agua.



El Sabinar

Entre sabinas y cereal

Fundado en 1964, con 126 viviendas, El Sabinar debe su nombre a los bosques de sabinas que rodean el territorio. Es uno de los pueblos más pequeños, con unos 160 habitantes, pero también uno de los más pintorescos por su ubicación, en una zona de transición entre el llano agrícola y los pinares. La actividad agraria gira en torno al regadío, con cultivos de cereal y forraje, y la comunidad conserva un fuerte sentido de pertenencia. Como detalle curioso, la iglesia y la plaza central se levantaron con la colaboración de los propios colonos, convirtiéndose en el corazón social del municipio

Santa Anastasia

Horizonte blanco y fértil

También inaugurado en 1959, Santa Anastasia debe su nombre a la devoción religiosa, común en aquellos años. Actualmente vive allí una comunidad de 390 personas, organizada en torno a la iglesia, la plaza y un tejido social que ha mantenido su vigor. Desde sus inicios, el pueblo apostó por cultivos intensivos de huerta y forraje, aprovechando al máximo el agua canalizada. Sus casas, con patio trasero, evocan los días en que cada familia se sostenía con gallinas, un huerto y el sudor compartido. En los albores de la colonización en Santa Anastasia se levantaron 213 viviendas.



Pinsoro

Arroz y progreso

Pinsoro, fundado en 1961 con 356 viviendas, es el núcleo más poblado y dinámico entre los pueblos de colonización, alrededor de 650 habitantes. A orillas del embalse de San Bartolomé, se convirtió en una referencia agrícola, gracias al cultivo del arroz, la existencia de una planta deshidratadora de alfalfa y una cooperativa muy activa. El pueblo ha sabido modernizarse sin perder su esencia: cuenta con vivienda protegida, instalaciones deportivas, biblioteca, ludoteca e incluso acceso a internet rural. Además, su entorno natural ha abierto la puerta a un incipiente turismo de naturaleza.



Valareña

Discreta pero constante

Valareña nació en 1963 con 247 viviendas y, aunque su población exacta no está actualizada, se estima que ronda en torno a los 400 habitantes. Su nombre procede de la valeriana, planta silvestre de la zona. El pueblo mantiene su estructura racionalista, con calles perpendiculares, plaza, iglesia y casas unifamiliares. La economía sigue ligada al regadío y la ganadería, sobre todo ovina. Su ritmo tranquilo y su apego a la tierra hacen de Valareña un ejemplo de ruralidad serena y resistente.





Iglesia de San Miguel Arcángel en Rivas

Rivas Tradición revitalizada

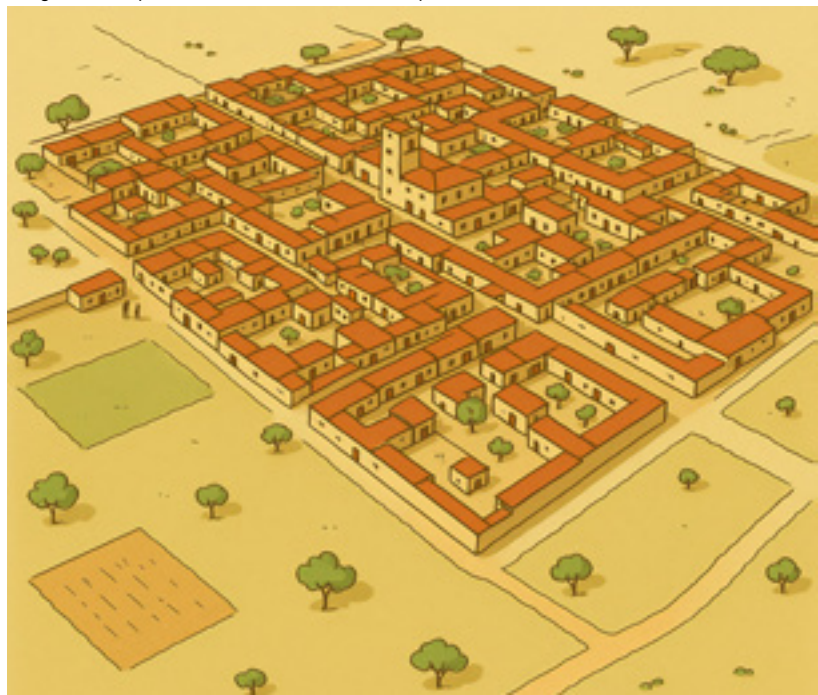
Rivas, con cerca de 500 habitantes, no fue un pueblo de nueva planta como los anteriores, pero se integró en la estrategia de transformación agraria. Situado en una zona fértil próxima al embalse de San Bartolomé, su economía combina agricultura de regadío con pequeñas explotaciones ganaderas. Su iglesia, de origen medieval, convive con estructuras modernas, testimonio de un pueblo que ha sabido conjugar pasado y presente.

Una arquitectura para la vida

Todos estos pueblos comparten una idea urbanística común: fueron diseñados con criterios funcionales, adaptados al medio y centrados en el bienestar de sus vecinos. El Instituto Nacional de Colonización proyectó núcleos compactos, con calles rectas, viviendas con patios para huerto o corral, una iglesia como centro simbólico, plaza pública, escuela y, en muchos casos, consultorio médico. La escala era humana, pensada para fomentar la vida en comunidad. Aunque muchos servicios se han centralizado con el tiempo, la estructura original sigue intacta, y forma parte del carácter de cada uno de estos pueblos.

En su origen se levantaron unas 1.333 viviendas con una curiosidad, se conocen como los “pueblos de los 7 km”; unos 7 km distan unos pueblos de otros, el conocido como modulo carro o distancia que podían cubrir al día los animales de tiro empleados en las faenas agrícolas.

Infografía de la planificación urbanística de estos pueblos



La Casa del Colono y el Museo Aquagraria

Memoria viva

A las afueras de El Bayo, en una casa tradicional de 256 m², se encuentra la Casa del Colono, un espacio museístico que rinde homenaje a los primeros habitantes de estos pueblos. La vivienda se conserva como era: cocina de leña, objetos cotidianos, fotografías, y en el exterior, un corral con aperos y animales. Gestionado por la Fundación Aquagraria, es un lugar donde la historia se toca, se escucha y se revive con emoción.



El Museo Aquagraria

Situado en Ejea de los Caballeros, ofrece una mirada panorámica a la relación entre agua, agricultura y transformación social. Dividido en tres áreas —la importancia del agua, la transformación del paisaje y la mecanización—, reúne una de las colecciones de maquinaria agrícola más completas de España. Desde arados manuales a tractores del siglo XX, el museo muestra cómo el campo aragonés se convirtió en una potencia agraria. En 2023, superó los 12.000 visitantes, un récord que refleja su valor como centro educativo, turístico y cultural.



EJEA DE LOS CABALLEROS Y LOS PUEBLOS DE COLONIZACIÓN





El Museo
Aguagraria en
Ejea de los
Caballeros es
un rincón donde
el agua cuenta
la historia del
campo con la
maquinaria que
ha forjado el
progreso rural

Como llegar

Ejea de los Caballeros está bien comunicada por carretera. Desde Zaragoza se accede en unos 50 minutos; y desde Tudela, apenas 35 minutos. La localidad no cuenta con estación de tren, pero dispone de servicios regulares de autobús que la conectan con Zaragoza y otros municipios cercanos

Dónde dormir

El Hotel Salvevir

Está situado en Ejea de los Caballeros, en un enclave estratégico, dispone de 20 habitaciones con la Q de Calidad Turística Española.
Tel: 976 67 74 17



Camping el Bolaso

El Complejo Bolaso, rodeado de bosque y una laguna, combina naturaleza y ocio. Cuenta con restaurante, cafetería, terrazas, instalaciones deportivas, camping, bungalows y amplias zonas arboladas
Tel: 976 66 80 43



Dónde comer

Restaurante Gratal

Una tradición rural con producto local, una cocina de autor muy cuidada y ligada al territorio.
P.º de la Constitución, 111,
Ejea de los Caballeros
Tel: 976 66 37 29

Casa Fau

Espacio moderno y acogedor en el centro de Ejea, combina tapas, cocina creativa y cócteles en un ambiente urbano y cercano.
P.º de la Constitución, 102,
Ejea de los Caballeros
Tel: 976 66 14 82

Restaurante Camping Bolaso

Su cocina tradicional creativa incluye carnes y guisos aragoneses, acompañados por una selecta bodega y un entorno natural único.
Ctra. Gallur Sangüesa Km. 46, Ejea de los Caballeros, Zaragoza
Tel: 976 66 80 43

Restaurante Erian

Ofrece cocina casera con acento andaluz, tapas generosas y platos tradicionales que destacan por sabor y autenticidad.
C. Molino Bajo, 37
Ejea de los Caballeros
Tel: 676 86 43 05

Restaurante Aragón

Propone una experiencia refinada basada en producto local y recetas elaboradas con precisión, en un entorno elegante y acogedor.
C. de la Mediavilla, 14,
Ejea de los Caballeros
Tel: 976 66 76 65

Qué visitar

Centro de Arte y Exposiciones

C. Santiago Ramón y Cajal, 21,
Ejea de los Caballeros
Tel: 976 66 11 67

Museo Aguagraria

Ciudad del Agua, C. Manuel Lorenzo Pardo, s/n, Ejea de los Caballeros
Tel: 646 39 90 33



Casa del Colono

C. de la Venta de Guiral
El Bayo, Zaragoza
Tel: 876 63 76 03



Más información



**Turismo de
Ejea de los
Caballeros**



Antiguas tumbas imperiales

Ningxia

Tumba de emperadores y viñas en China

Texto: Alejandro y Luis Paadín
alejandro@paadin.es

Fotografía: Concours Mondial de Bruxelles

En los confines del noroeste chino, donde las arenas del desierto del Gobi se funden con el río Amarillo (Huáng Hé), se extiende un territorio que parece más un espejismo que una región vitivinícola. Una región surcada en su frontera por tramos de la Gran Muralla que durante siglos defendieron imperios y que hoy custodian un viñedo insólito. En este paisaje de arena y piedra, la vid sobrevive a los letales inviernos gracias a un ritual único: cada cepa es enterrada en su letargo otoñal para renacer en primavera. Esta es tierra de contrastes extremos con dunas que muerden los viñedos, inviernos gélidos que rozan los -25°C y veranos ardientes que superan los 35°C . Un lugar inhóspito para la vid... salvo por el ingenio humano. La supervivencia de las viñas depende de un ritual tan arduo como fascinante: en el preludeo invernal (octubre-noviembre), millones de cepas son enterradas bajo la tierra para protegerlas del frío. Como emperadores, descansan bajo una tumba de arena y barro hasta que, con la llegada de la primavera, renacen para dar vida de nuevo a uno de los viñedos más singulares del planeta.

Entre desierto y dinastías

Ningxia no es solo un lugar de vinos contemporáneos, es también tierra de historia milenaria. Fue paso de caravanas de la Ruta de la Seda y escenario de los esplendores y caídas de dinastías chinas. La región fue tumba de emperadores de la dinastía Xia Occidental (siglo XI–XIII), cuyo mausoleo aún vigila la planicie con montículos piramidales que recuerdan a los túmulos de Asia Central. Esa misma imagen funeraria se repite hoy cada otoño, cuando el paisaje vitícola se transforma en una necrópolis vegetal: tractores y cuadrillas de trabajadores se afanan en cubrir con tierra los sarmientos, construyendo cordones de arena que ocultan millones de cepas hasta la primavera.

Las gélidas temperaturas invernales de Ningxia son capaces de congelar el sistema vascular de las vides y reventar sus tejidos internos, lo que supondría la muerte de la planta. Los métodos tradicionales de protección antiheladas resultan inútiles en un territorio donde los termómetros descienden con frecuencia a -20°C o incluso -25°C , valores impensables en la mayoría de regiones vitícolas del mundo.

En regiones como Niágara Península (Canadá) o en algunas del norte de Estados Unidos como los Finger Lakes en Nueva York, se alcanzan fríos también mortales para la vid, pero allí la capa de nieve acumulada actúa como un manto aislante que protege a las viñas del daño estructural. Los viñedos de Ontario, por ejemplo, pueden soportar mínimas extremas porque la nieve



Catas en bodega (Concours Mondial de Bruxelles)



NINGXIA (CHINA)

abriga la base de las plantas; y en los Finger Lakes, el efecto moderador de lagos profundos como Seneca, sumado a la cobertura nival, amortigua los rigores del invierno.

En Ningxia, en cambio, ese abrigo natural no existe: el frío es seco, cortante y desnudo. La única solución es enterrar las cepas bajo tierra cada otoño y desenterrarlas en primavera, en un ciclo sin fin que se repite año tras año. Se calcula que hasta un tercio de los costes de producción de uva se destinan a este proceso manual, una práctica muy rara en el mundo vitivinícola más allá de contadas excepciones en zonas remotas de Asia central (Turkmenistán, Uzbekistán y Kazajistán) y Rusia. Una labor colosal que, paradójicamente, es la clave para que Ningxia se haya convertido en una potencia vinícola en pleno desierto.

En pocas regiones del mundo el viñedo exige tanta fuerza humana. Enterrar y desenterrar las vides es un proceso descomunamente laborioso: miles de jornaleros doblan la espalda en una coreografía repetida año tras año. Primero se podan las cepas, después se inclinan los brazos hacia el suelo (cuyas conducciones ya son más inclinadas, hasta 35-45°, y rastreras de lo habitual) y finalmente se cubren con una gruesa capa de tierra y arena que las protege del hielo. Cuando el deshielo se asienta en abril, el proceso se invierte: las cepas vuelven a ver la luz, marcadas por cicatrices pero con energía renovada.

Aunque hay algunos sistemas de mecanizado parcial, sigue siendo un trabajo muy laborioso, por lo que se aplica en aquellas regiones en las que la relación cos-

te-beneficio resulta favorable frente a otras alternativas (geotextil, calefacción, aspersión): el trabajo manual aún es más barato que la energía en muchas de estas zonas. Además de ello, los suelos deben ser sueltos para permitir levantar y devolver tierra sin encharcar. Todo este esfuerzo sólo tiene sentido si el resultado son vinos de alta calidad, por lo que se aplica en las vitis viníferas destinadas a la vinificación.

Este sistema, que recuerda más a una agricultura de subsistencia que a un modelo moderno de viticultura, define por completo el carácter de Ningxia. Aquí el vino no se entiende sin sacrificio. El propio Estado lo sabe: miles de hectáreas se han levantado a base de subsidios, planificación centralizada y un ejército de manos dispuestas a trabajar donde las máquinas aún no pueden. Entienden y conocen el valor que el vino infunde al territorio, incluso en condiciones realmente adversas. El terroir imposible

Paradójicamente, en medio de este paisaje de esfuerzo casi épico, se han reunido condiciones que seducen a bodegueros nacionales e internacionales. La altitud (1.100–1.200 metros), la amplitud térmica diaria, los suelos aluviales del río Amarillo y la insolación constante permiten maduraciones lentas, taninos firmes y un equilibrio inesperado en un territorio tan árido.

La Cabernet Sauvignon, importada en los años ochenta, reina con holgura en un viñedo que ya supera las 40.000 hectáreas (más del 70% de las plantaciones). Junto a ella, Merlot, Cabernet Gernischt (variedad local que ha resultado ser la Carménère chilena), Marselan (cruce entre Cabernet Sauvignon y Grenache creado

Detalle de la bodega Ningxia con vista a sus viñedos (Concours Mondial de Bruxelles)





Depósitos de bodega en Ningxia (Concours Mondial de Bruxelles)

en Francia, pero adoptado con entusiasmo en China) y Syrah ofrecen vinos que han logrado reconocimiento en concursos internacionales como el prestigioso Concours Mondial de Bruxelles. Los tintos de Ningxia sorprenden por su perfil sobrio y elegante, más cercano a un Burdeos clásico que al exceso cálido que uno imaginaría en estas latitudes.

Mientras los tintos clásicos despliegan su elegancia bordelesa, en Ningxia se está gestando un proyecto de futuro con las llamadas variedades PIWI, híbridos resistentes a hongos y adaptados a climas extremos. Institutos agrícolas regionales y bodegas pioneras han comenzado a experimentar con variedades híbridas (mayoritariamente con amurensis), evaluando su resistencia natural al oídio y al mildiu, pero también su capacidad para ofrecer vinos con carácter y finura en un contexto donde la identidad sensorial es un factor decisivo. Aunque apenas suponen un 0,5% del total plantado, se espera que alcance el 10% en los próximos años, y los estudios se centran en la "serie Bei" (Beihong, Beimei, Beixi, Beixin, Beibinghong) y la pareja Prince / Princess. Estos híbridos podrían reducir hasta un 40% los costes de producción de uva y desarrollar una nueva gama de vinos más accesibles, facilitando el consumo de vino entre las clases más populares.

Más allá del interés científico, la estrategia responde a una necesidad práctica: abaratar costes de producción en una región donde hasta un tercio del presupuesto anual se destina al enterramiento y desenterramiento de las cepas.

Spritz de Chandon (Concours Mondial de Bruxelles)





Viñedo de Ningxia (Concours Mondial de Bruxelles)

La introducción de PIWIs podría mitigar parte de ese gasto, al reducir tanto la vulnerabilidad al frío como la dependencia de tratamientos fitosanitarios. Se trata de una innovación que, sin renunciar al prestigio internacional que Ningxia ya ha cosechado, busca aliviar la presión económica que soportan viticultores y bodegueros en un medio hostil, abriendo una ventana a vinos más accesibles que facilite el acercamiento a nuevos consumidores.

El proyecto, respaldado por autoridades locales, contempla que en los próximos años estas variedades pasen de los campos experimentales a ocupar una proporción creciente del viñedo. La apuesta cobra especial relevancia en un momento en el que la premiumización del vino chino —ese impulso hacia etiquetas de

alta gama— se ha ralentizado, y los consumidores muestran mayor sensibilidad al precio. Así, los PIWIs no solo se perfilan como un salvavidas agroeconómico y ambiental, sino también como una herramienta estratégica para mantener la competitividad de Ningxia en el mercado global.

El futuro entre la arena

Sin embargo, el futuro de Ningxia está marcado por un dilema: ¿es sostenible mantener un viñedo que depende del entierro anual de millones de plantas? El coste humano y económico es enorme, y aunque algunos ensayos con portainjertos resistentes al frío se han iniciado, la tradición sigue imponiéndose como única garantía de supervivencia.

Viñedo con la Montaña Helan de fondo (Concours Mondial de Bruxelles)



La paradoja de Ningxia es que sus vinos, nacidos de un esfuerzo titánico, quieren proyectarse al mundo como símbolo de modernidad y prestigio. Y quizás sea esa tensión entre lo ancestral y lo futurista lo que los hace únicos: vinos que nacen de un desierto hostil, que reposan cada invierno en su tumba de arena y que, como los emperadores Xia, buscan eternidad en la memoria de quienes los descubren.



Conducción y enterramiento de los viñedos (Concours Mondial de Bruxelles)

Dónde comen los Paadín

Huang He Lou Muslim Restaurant

55 Xinhua Dongjie, Yinchuan

Fundado en los años cuarenta, este histórico restaurante musulmán es hoy una institución en Yinchuan. Su arquitectura hui recuerda la herencia cultural de la ciudad y su cocina eleva las recetas locales a un rango casi ceremonial. Entre sus especialidades brillan la carpa agri dulce del río Amarillo (tang cu li yu) y el pollo con huevo y leche (fu rong ji pu), un contraste delicado y sorprendente.

Domaine Chandon Ningxia

No.1, CHANDON road, Huang Yang Tan farm, Yong Ning. Ningxia

A escasos kilómetros de Yinchuan, en pleno desierto, Moët Hennessy levantó en 2013 una bodega que parece un espejismo contemporáneo: Chandon Ningxia. Allí, en un paisaje extremo, nacen espumosos de Chardonnay y Pinot Noir elaborados por el método tradicional, con una finura que sorprende en este ignoto rincón de China.

La altitud, la amplitud térmica y la insolación dan lugar a burbujas elegantes, de frescura cristalina. La visita combina arquitectura vanguardista, hospitalidad local y copas que revelan cómo el lujo francés se ha enraizado en las arenas del Gobi.

Guoqiang Hand-Grasped Lamb

(Guobin Building Branch) No. 4, Jinhai Mingyue Garden. Yinchuan

En esta casa modesta, pero reverenciada, se sirve el plato más emblemático de Ningxia: el hand-grasped lamb. Patrimonio culinario intangible, consiste en cordero tierno cocido lentamente y servido para comer con las manos, al estilo más auténtico de las comunidades hui. Su textura suave y sabor limpio son fruto de rebaños criados en la estepa árida, donde la dieta natural imprime carácter a la carne.

Helan Qingxue – Jia Bei Lan

Condado de Helan, Ningxia

A los pies de los montes Helan, Helan Qingxue es hoy un referente enológico de Ningxia. Sus vinos Jia Bei Lan han cosechado distinciones en el Concours Mondial de Bruxelles, consolidando la reputación de la región en el exigente escenario internacional.

La bodega combina una viticultura precisa con el reto de trabajar en un desierto extremo, donde Cabernet Sauvignon y Merlot encuentran un perfil sobrio y elegante. Detrás de esta proyección está la joven enóloga Zhang Jing, cuya sensibilidad ha orientado la casa hacia estilos más frescos y equilibrados, haciendo de cada visita una experiencia entre paisaje, historia y modernidad.

Château Dulaan

Condado de Helan, Ningxia

Tf.: 18895071919

www.duzuichina.com

En la falda oriental de los montes Helan, Château Dulaan ofrece una experiencia de enoturismo completa. La bodega, rodeada de viñedos en pleno desierto, cuenta con un hotel elegante y confortable, ideal para dormir entre cepas y despertar con un paisaje único. Su restaurante reinterpreta productos locales —cordero, hortalizas y pescados del río Amarillo— en armonía con los vinos de la casa, desde un fresco Chardonnay hasta tintos de Marselan que reflejan el carácter de Helan y la proyección vinícola de Ningxia.

Helanhong Winery

(Helan, Yongning Count)

Helanhong es una de las bodegas más emblemáticas de Ningxia y símbolo del impulso vitivinícola regional. Situada en el condado de Yongning, combina tradición y escala en un proyecto que acerca el vino al gran público sin perder calidad. Sus instalaciones permiten recorrer desde el viñedo hasta la sala de barricas, transmitiendo la idea de un vino como patrimonio colectivo más que lujo exclusivo. La visita muestra cómo Ningxia conjuga identidad local y ambición internacional en torno al vino.



Vista de la ciudad, el puente viejo y la Catedral

24 HORAS Albi

Texto: Diana Morello - dianamorello@outlook.es-

Fotografía: Archivo



En el suroeste de Francia, a apenas setenta kilómetros de Toulouse, se encuentra Albi, capital del departamento del Tarn y corazón de Occitania. A orillas del río que le da nombre, la ciudad despliega un conjunto medieval de ladrillo rojo cuya unidad sorprende y cautiva.

Albi es una ciudad que no aparece en las guías rápidas ni en las listas de visitas obligadas, y, sin embargo, cuando uno se detiene en su casco histórico, tiene la sensación de estar contemplando un paisaje urbano que no se repite en ningún otro lugar del país. Todo está construido en ladrillo, en ese rojo cálido que cambia con la luz y que otorga a la ciudad una personalidad inconfundible. Conserva el esplendor de su pasado episcopal y el legado de Toulouse-Lautrec, nacido aquí en 1864. Es al mismo tiempo fortaleza y ciudad mercantil, centro religioso y refugio bohemio. Veinticuatro horas bastan para comprender su grandeza discreta, esa que no necesita de multitudes para justificarse.

La Mañana en la ciudad roja

El día amanece en la explanada de la catedral de Santa Cecilia, obra descomunal levantada entre los siglos XIII y XVI. Su aspecto exterior recuerda a una fortaleza más que a un templo, con muros macizos y torreones cilíndricos. Esta catedral, considerada la mayor construcción de ladrillo del mundo, fue erigida como símbolo de poder tras las guerras contra los cátaros.

El contraste con su interior es sorprendente. Una vez dentro, la severidad se transforma en un universo policromado: frescos que cubren muros y bóvedas, un coro gótico tallado con minuciosidad y un Juicio Final del siglo XV que sobrecoge por su expresividad. En pocos lugares de Europa la pintura medieval se conserva con tanta intensidad y extensión. A un paso se encuentra el Palacio de la Berbie, residencia de los obispos que hoy acoge el Museo Toulouse-Lautrec. Desde sus jardines, diseñados con simetría clásica, se contempla la mejor panorámica de Albi: los puentes de piedra y ladrillo, las casas colgadas sobre el río y el Tarn discurriendo con calma. La colección del museo es la más completa del mundo dedicada al pintor. Carteles, dibujos y lienzos permiten seguir el rastro de aquel artista frágil y lúcido que retrató sin concesiones la vida nocturna de Montmartre.

Entre mercados y calles medievales

La mañana continúa por el Vieil Albi, el casco antiguo de calles estrechas y balcones de madera. Aquí se advierte la huella de la burguesía mercantil que prosperó con el comercio del pastel, el tinte azul que enriqueció la región entre los siglos XV y XVII. Fachadas de ladrillo entramado, soportales y pequeñas plazas dibujan un ambiente detenido en el tiempo.



Jardines del Palais de la Berbie, construido en el siglo XIII. Actualmente es el Museo Toulouse-Lautrec

La mayor catedral de ladrillo del mundo y la memoria de Toulouse- Lautrec hacen de Albi un lugar único en Francia

En la plaza Savène, bajo los soporales, el café se convierte en ritual: observar a los vecinos que acuden al mercado, escuchar el acento occitano todavía presente en la conversación, percibir la vida de una ciudad que no vive del turismo, sino de sí misma.

El mediodía conduce inevitablemente al **mercado cubierto de Les Halles**. Allí se despliega el carácter gastronómico del Tarn: quesos de cabra, embutidos ahumados, panes artesanos y frutas de temporada. Es el lugar para probar el cassoulet, guiso de alubias con pato confitado y embutidos, o el aligot, esa mezcla de puré de patata, coliflor y queso que se estira como un hilo sin fin. Todo acompañado por los vinos de Gaillac, denominación histórica que sorprende con variedades autóctonas y frescura mineral.

Una tarde junto al río

La tarde invita a cruzar el Puente Viejo, uno de los más antiguos de Francia aún en uso, levantado en el siglo XI. Desde allí se obtiene la imagen más reconocible de Albi:

la catedral dominando el horizonte y el caserío rojizo descendiendo hasta el agua.

En la orilla opuesta se levanta el barrio de la Madeleine, más popular y tranquilo, con calles anchas y vistas privilegiadas. Allí se encuentra el **Museo Lapérouse**, que recuerda la figura del navegante albigense desaparecido en el Pacífico en 1788. Cartas, mapas y maquetas relatan la aventura marítima en tiempos de exploraciones.

Con el descenso del sol, lo mejor es embarcarse en una gabarra, la embarcación fluvial tradicional. El ritmo lento del Tarn ofrece otra mirada: las fachadas medievales reflejadas en el agua, los huertos en las orillas, el silencio roto solo por el batir de los remos. Es un paseo breve, pero suficiente para comprender la unión íntima entre el río y la ciudad.

La noche y sus sabores

De regreso al centro, la vida se concentra en torno a la Place du Vigan, amplia y animada. Allí se despliega el ambiente nocturno, con cafés,



Vista panorámica de la ciudad desde el río Tarn con sus dos puentes de entrada a la ciudad

brasseries y bares de vinos. Es el momento de probar el foie gras, la charcutería artesanal o los dulces de manzana llamados croustades, preparados con hojaldre fino y armagnac. Algunos bares organizan catas nocturnas con viticultores de Gaillac. Son encuentros sencillos, donde se conversa sin prisa, se descubren variedades poco conocidas —como el prunelart o el duras— y se mantiene viva la relación entre tierra y copa.

Dormir en Albi es hacerlo en antiguas casas de mercaderes o en pequeños hoteles familiares que conservan la arquitectura de ladrillo y madera. La ciudad ofrece alojamientos que parecen prolongación de su historia, discretos y acogedores, sin estridencias.

Albi se revela en 24 horas como un lugar que no necesita competir con otras ciudades francesas. Su atractivo radica en la coherencia: todo en ladrillo, todo vinculado a su río, todo marcado por un pasado que no se esconde. La monumentalidad de la catedral, la memoria de Toulouse-Lautrec, los sabores del Tarn y la calma del Tarn bastan para comprender por qué la UNESCO la reconoció como Patrimonio Mundial.

Hay ciudades que se recorren como un catálogo de monumentos. Albi, en cambio, se contempla como un fresco, en el que cada color y cada línea tienen un sentido. Y ese es, quizá, su mayor secreto: que aún guarda intacta la capacidad de sorprender.



El mercado de Les Halles y foto inferior una de las calles del centro de la ciudad



eco destino

Bruselas

Bélgica

Texto: Redacción - **Fotografía:** archivo y Jose A. Muñoz

Bruselas sorprende al visitante con una cara verde y sostenible: una ciudad que invita a recorrerla en bicicleta, perderse entre parques y jardines históricos, descubrir huertos urbanos en pleno centro y sentir que la naturaleza forma parte de su día a día



En el imaginario colectivo, Bruselas suele evocar la imagen de una ciudad institucional, marcada por la presencia de la Unión Europea, por sus plazas históricas y por la intensa vida cultural que se despliega en cafés y museos. Sin embargo, la capital belga ha ido construyendo en las últimas décadas otra identidad, menos conocida pero cada vez más visible: la de un eco destino europeo, pionero en integrar naturaleza, movilidad sostenible y agricultura urbana en el corazón mismo de la ciudad.

Parques que son pulmones

Más de la mitad de la superficie de Bruselas está formada por zonas verdes, un porcentaje sorprendente para una capital europea. Desde el **Bois de la Cambre**, un extenso bosque urbano que se prolonga hacia el legendario **Bosque de Soignes**, hasta el **Parque de Laeken**, con sus invernaderos reales y jardines históricos, la ciudad ofrece espacios donde el asfalto se difumina y el aire se llena de aromas vegetales.

Los parques no son solo lugares de paseo: se han convertido en verdaderos refugios de biodiversidad. El **Parque de Woluwe**, por ejemplo, combina senderos arbolados con lagos y praderas que acogen aves migratorias. El **Parc Duden**, en la zona sur, conserva un relieve ondulado que ofrece vistas panorámicas poco habituales en una ciudad eminentemente llana. Incluso en pleno centro, el **Parque de Bruselas** —frente al Palacio Real— mantiene un equilibrio entre el diseño formal del siglo XVIII y un uso contemporáneo como espacio de descanso para locales y turistas.

Huertos urbanos y agricultura de proximidad

Bruselas ha encontrado en la agricultura urbana una herramienta para reforzar su compromiso ambiental y social. Iniciativas como **Parckfarm**, en Tour & Taxis, combinan huertos comunitarios, talleres de compostaje y eventos gastronómicos que ponen en valor la producción local. En los tejados, antiguos almacenes



Fuente Arco Iris en el Parque de Bruselas, también conocido como Warandepark

se han reconvertido en granjas hidropónicas o colmenares, como el proyecto **Ferme Abattoir**, en Anderlecht, que suministra verduras frescas y pescado criado en sistemas acuapónicos.

Esta apuesta por la producción de proximidad no es un gesto simbólico. Forma parte de una estrategia para reducir la huella de carbono del consumo alimentario y, al mismo tiempo, fortalecer la cohesión social en barrios diversos. Los huertos comunitarios son puntos de encuentro intergeneracionales y multiculturales, donde se comparten técnicas de cultivo, semillas y recetas.

La bicicleta como hilo conductor

Moverse por Bruselas en bicicleta, hace apenas dos décadas, era una experiencia para valientes. Hoy, la ciudad se ha transformado en un mosaico de carriles bici, zonas de prioridad ciclista y rutas señalizadas que conectan parques, barrios y espacios culturales. El **Réseau Vélo** —una red de rutas urbanas e interurbanas— permite recorrer la capital y enlazar con el cinturón verde que rodea la región.

BRUSELAS

Rutas como la **Promenade Verte** ofrecen un itinerario circular de más de 60 kilómetros que bordea la ciudad atravesando reservas naturales, áreas agrícolas y zonas ribereñas. En paralelo, el sistema de bicicletas compartidas **Villo!** ha democratizado el uso de este medio de transporte, facilitando trayectos cortos y conectando puntos de interés turístico con zonas residenciales.

La bicicleta no es solo un vehículo: se ha convertido en símbolo de la movilidad sostenible de Bruselas, y su presencia se refuerza con eventos como el *Sunday Without Cars*, jornada en la que toda la región se cierra al tráfico motorizado y las calles se llenan de ciclistas, patinadores y peatones.

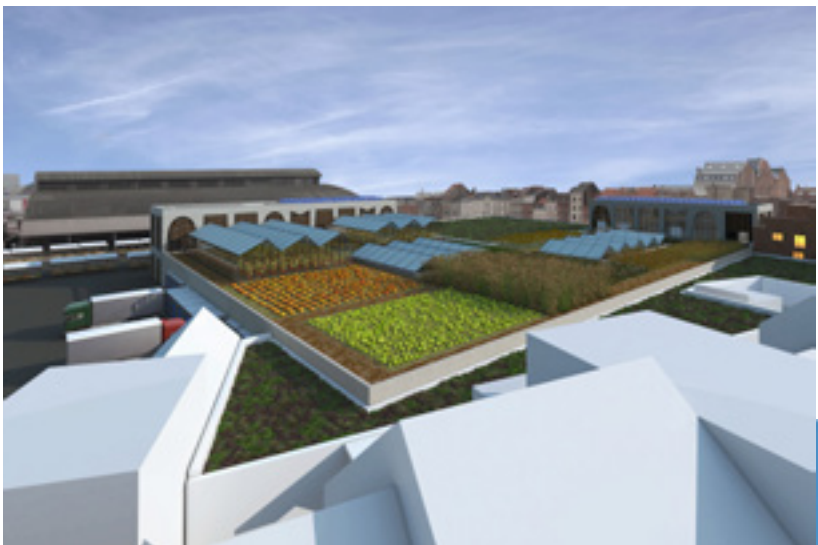
Espacios para reconectar con la naturaleza

Más allá de los parques y los huertos, Bruselas cuenta con enclaves donde el contacto con la naturaleza adopta formas menos convencionales. El **Jardín Botánico Nacional de Meise**, a pocos kilómetros, alberga una de las colecciones de plantas más extensas de Europa, mientras que el **Parque Josaphat**, en Schaerbeek, combina zonas de juego, esculturas al aire libre y rincones boscosos.

Mont des Arts, situado en el centro de Bruselas



Huertos urbanos en el centro de Bruselas



Proyecto Ferme Abattoir, en Anderlecht, municipio de la región de Bruselas capital





Invernadero del Jardín Botánico de Bruselas y debajo el Atomium y sus jardines



En la ribera del canal, antiguas zonas industriales han sido rehabilitadas para crear paseos peatonales y zonas de descanso. Estos espacios, antes marginales, se han transformado en corredores verdes que invitan a recorrer la ciudad a pie o en bicicleta, siempre con la presencia del agua como elemento central.

Un modelo en evolución

Bruselas no ha alcanzado este perfil de eco destino por azar. Detrás hay una planificación urbana que apuesta por integrar el verde en cada nuevo desarrollo, fomentar la movilidad sin emisiones y revalorizar el paisaje cultural y natural. Este enfoque se refleja en su agenda cultural: festivales de jardines, ferias de productos locales, mercados de productores y jornadas de voluntariado ambiental son parte del calendario anual.

La capital belga demuestra que una gran ciudad puede ser también un laboratorio de sostenibilidad. Sus parques, huertos y rutas ciclistas no son solo servicios para el residente: son una invitación al viajero para descubrir una Bruselas diferente, donde la experiencia turística se combina con un compromiso real con el medio ambiente.



Hartford House

Exclusividad discreta en el corazón de KwaZulu-Natal (Sudáfrica)

Texto y fotografía: Jose A. Muñoz



En la provincia sudafricana de KwaZulu-Natal, en las praderas de Mooi River, se levanta **Hartford House**, un hotel boutique que ha sabido convertir su pasado en parte de su identidad. Lo que fue residencia de la familia Oppenheimer, vinculada a la minería y a la cría de caballos, es hoy un alojamiento de referencia en los Midlands, donde la hospitalidad se combina con gastronomía y un entorno rural de gran belleza. Hartford House no es un hotel más en el mapa sudafricano. Rodeado de jardines, establos y praderas, forma parte de los terrenos de **Summerhill Stud**, una de las yeguas más reconocidas del país. Esa relación le aporta carácter, aunque lo que define la experiencia del viajero no son los caballos en sí, sino la propuesta hotelera: un lugar íntimo, con historia y con un concepto muy personal de hospitalidad.

El hotel y sus habitaciones

Hartford House se presenta como un hotel boutique con un número reducido de habitaciones, lo que asegura un ambiente tranquilo y un servicio muy personalizado. Pero lo que lo distingue es la variedad de estancias y el modo en que se han recuperado espacios con historia. En la casa principal se encuentran las habitaciones más clásicas, que conservan elementos de la antigua residencia: techos altos, chimeneas y mobiliario de época. Junto al lago, las suites más recientes apuestan por un diseño contemporáneo, con terrazas privadas y grandes ventanales que integran la habitación en el paisaje.

Y quizá lo más llamativo: algunas de las habitaciones han sido rehabilitadas a partir de las antiguas caballerizas o establos de la finca. Allí donde antes descansaban los pura sangre de Summerhill, hoy se ubican suites que mantienen la estructura original pero adaptadas al confort actual. El viajero duerme, literalmente, en el corazón de la historia ecuestre de la finca, un detalle que convierte cada estancia en una experiencia distinta.

Gastronomía con identidad propia

El restaurante de Hartford House es uno de los referentes de la región. Su propuesta se apoya en ingredientes de proximidad: verduras de huertos locales, quesos artesanos, carnes de granja y vinos sudafricanos.

Los menús, que varían según la temporada, buscan reflejar el carácter gastronómico de KwaZulu-Natal sin artificios, con platos que dan protagonismo al producto. La cena, servida en el comedor principal o en las terrazas con vistas al lago, es un momento central de la experiencia, uniendo buena cocina con un entorno sosegado.

El entorno de los Midlands

Mooi River se encuentra en el corazón de los Midlands de KwaZulu-Natal, una región agrícola de colinas y praderas. La zona es conocida por la Midlands Meander, una ruta turística que recorre talleres artesanales, cervecerías, galerías de arte y pequeños productores.

Los huéspedes del hotel pueden combinar su estancia con excursiones en bicicleta o a pie, pesca con mosca en los ríos cercanos y visitas a reservas privadas donde habitan rinocerontes, cebras o antílopes. También es posible adentrarse en la historia local: los alrededores fueron escenario de episodios de la Guerra Anglo-Bóer, con memoriales y cementerios que lo recuerdan.

Una de las Suites alojada en las antiguas caballerizas de la finca





Uno de los salones principales del hotel
Restaurante del hotel

La tradición ecuestre

Aunque el hotel es el centro de la experiencia, Hartford House mantiene un vínculo estrecho con la actividad ecuestre. En la finca se crían más de 700 caballos de pura sangre, lo que la convierte en una de las yeguas más importantes de África.

Los visitantes pueden recorrer establos y praderas, observar potros y conocer de cerca el trabajo de cuidadores y veterinarios. Además, el complejo cuenta con una escuela ecuestre de alto rendimiento, orientada al entrenamiento de jinetes y caballos de competición, y con un centro de reproducción altamente especializado en la mejora genética de pura sangre.

Estas instalaciones sitúan a Hartford House dentro de un contexto profesional de prestigio, aunque para el viajero se presentan como un valor añadido: un acercamiento a un mundo que normalmente se percibe desde la distancia.

Un espacio con memoria

Hartford House no es un hotel construido de cero, sino una finca que ha sabido transformar su legado en una propuesta contemporánea. La antigua residencia, las caballerizas convertidas en suites, la cercanía de la yeguada y los prados de los Midlands forman parte de una misma identidad.





Caballos en libertad en Summerhill Stud © Summerhill Stud

El viajero encuentra aquí descanso, gastronomía y naturaleza, pero también la huella de una tradición ecuestre que sigue viva. Esa mezcla de hospitalidad y memoria es lo que hace que Hartford House tenga un carácter propio, distinto al de otros hoteles rurales del país.

Hartford House es, ante todo, un hotel boutique con personalidad. Sus habitaciones —ya sea en la casa principal, junto al lago o en las antiguas caballerizas rehabilitadas—, su restaurante de producto local y su emplazamiento en los Midlands lo convierten en un destino singular en Sudáfrica.

La presencia de más de 700 caballos, la escuela ecuestre de alto rendimiento y el centro de reproducción de pura sangre forman parte de su contexto y aportan singularidad, pero lo que realmente define la experiencia es el equilibrio entre hospitalidad, entorno y autenticidad.

En Hartford House, el viajero no solo se aloja en un hotel: forma parte de una finca con historia donde cada detalle refleja la unión entre tradición rural y hospitalidad exclusiva, con el lujo que en Sudáfrica se entiende como autenticidad y excelencia.

Caballerizas adaptadas para la reproducción selectiva en Summerhill Stud



**Hartford
House**





Fachada típica tirolesa del Hotel Kitzhof

Hotel Kitzhof

Kitzbühel, Tirol Austriaco

Preferred
HOTELS & RESORTS

Fotos y texto: Manena Munar manena.munar@gmail.com

Kitzbühel se ha ganado con el tiempo un lugar privilegiado entre los destinos alpinos más exclusivos de Europa. Rodeado de cumbres majestuosas y praderas que cambian de color con las estaciones, este rincón del Tirol ofrece dos caras igualmente atractivas: en verano, los senderos que serpentean entre bosques y lagos como el Schwarzsee invitan a caminar o pedalear en calma; en invierno, la nieve convierte la región en uno de los dominios esquiables más extensos de los Alpes, con 233 kilómetros de pistas.

En este escenario se levanta el Hotel Kitzhof, un refugio que interpreta la tradición alpina con un lenguaje contemporáneo. Su fachada tirolesa, de un rojo vibrante y balcones floridos, da paso a interiores donde la madera, la luz y el buen gusto definen cada rincón. Con la serenidad de un jardín escondido, el calor de una chimenea y la amplitud de ventanales abiertos al paisaje, el Kitzhof ofrece algo más que confort: la sensación de vivir el Tirol desde dentro, con la autenticidad de su montaña y el sello de la hospitalidad más refinada.



La villa de Kitzbühel, a cinco minutos del hotel

Entrar en el Tirol es hacerlo en la magnificencia de los Alpes, vestidos con una arquitectura montañera tan acogedora como exquisita, donde hasta los establos tienen cortinas de cuadros para preservar la intimidad de las vacas. Kitzbühel es uno de los más famosos pueblos alpinos, “Montecarlo de los Alpes”, le llaman, cuyo entorno en el oeste austriaco, ofrece senderos hechiceros, verdes praderas, circuitos ciclistas, golf, o deportes acuáticos en el lago Schwarzsee, en verano, qué blancas e infinitas pistas, cuando los Alpes de Kitzbühel se cubren de nieve durante el invierno, idóneas para practicar esquí de fondo, alpino, o alpinismo, en una de las regiones de esquí más grandes de los Alpes, que cuenta con 233 kilómetros de pistas.

Un hotel cómodo y acogedor

El ambiente montañero se funde con el lujo confortable del Hotel Kitzhof, que presume de pertenecer a la prestigiosa colección de Preferred hotels & Resorts. Su fachada típica tirolesa, pintada en color rojo, con balcones ornamentados de flores, es el preludio a la calidez y calidad que se adivinan nada más cruzar el umbral. La madera protagoniza las estancias, como lo hacen los rincones escondidos y pequeños jardines que animan al huésped

Detalle de una de las habitaciones



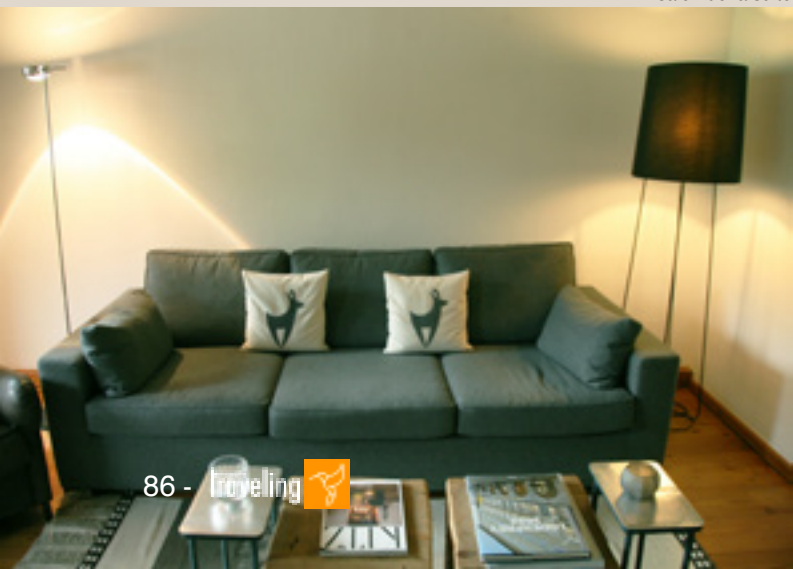


Una de las acogedoras habitaciones del hotel



Salón de la chimenea

El salón de la suite



a disfrutar de paz y serenidad. El buen gusto reina en todos y cada uno de los detalles del Kitzhof; desde su pensado emblema, un sencillo ciervo, la doble chimenea que separa diferentes espacios o el bar que precede a la enorme cristalera desde donde contemplar el paisaje tirolés.

Abrir la puerta de una de las 160 habitaciones con las que cuenta el hotel, es hacerlo a la niñez, a los cuentos leídos durante la siesta; un volver a un mundo casi olvidado, que reaparece en esa habitación con cabecero tallado en madera, mantas amorosas de cuadros, y un balcón cubierto de flores que mira a las granjas, los bosques y la plenitud de los altos picos. Su diseño no es solo seductor, también está a la última en cuanto a tecnología y materiales se refiere.

El spa no podía ser menos y sus 900 metros cuadrados incluyen saunas, turca y finlandesa, que miman al huésped, especialmente en invierno cuando arrecia el frío. Mientras que su piscina acristalada con vistas al jardín y los tratamientos varios con los productos exclusivos de Susanne Kaufmann, se disfrutaban vivamente en cada estación.

Cocina kilómetro 0

En cuanto al capítulo culinario, el Kitzhof se precia de sus productos naturales; difícil no lo tiene pues en la puerta de casa hay prácticamente de todo; leche, huevos, charcutería, carne... Platos tradicionales como la tabla de carnes frías, quesos y encurtidos a la que llaman Brettljause y delicias que cocinan con maestría el chef **Jürgen Bartl** y su equipo y que se pueden degustar en el restaurante **Kitz Alm**, en Kitz Lounge, destinado a cualquier capricho que se le antoje al cliente, ya sea un croissant calentito con capuccino, el té de las cinco, o una copa de vino al amparo de la chimenea, o en Vinothek, el lugar elegido para probar menús gourmet o una divertida fondue.

La ubicación del hotel Kitzhof es perfecta. Está al lado de la villa antaño conocida por sus minas de plata, de su iglesia y de las muchas tiendas de lujo que llenan los bajos de las calles, pero lo suficientemente alejado para tener la sensación de vivir en una casa montañesa del Tirol. Cae la noche y se escucha el tañer de las campanas. Es hora de volver a la habitación y sentarse en la terraza con una copa de vino viendo cómo se iluminan las granjas e imaginando, puertas adentro, el vivir del Tirol.

Piscina del Spa del hotel



Vistas desde el balcón de la suite
El personal del hotel es encantador



Hotel Kitzhof

Preferred Hotels & Resorts





Convento benedictino de Nonnberg

Salzburgo &

Sonrisas y Lágrimas

Texto: Redacción - **Fotografía:** Turismo de Austria y archivo

La familia Trapp: de la realidad a la pantalla

La película Sonrisas y lágrimas se basa en la vida de la familia Trapp, originaria de Salzburgo. Georg von Trapp, capitán de la marina austrohúngara, enviudó joven y contrató a María Kutschera, novicia de un convento, como institutriz para sus siete hijos. En 1927 ambos se casaron y tuvieron tres hijos más.

Durante los años treinta, la familia destacó por sus dotes musicales. Actuaban en coros y ofrecían conciertos en Europa, hasta que la anexión de Austria por la Alemania nazi les llevó a rechazar colaborar con el régimen. En 1938 abandonaron el país y emigraron primero a Italia y después a Estados Unidos.

En Vermont fundaron el Trapp Family Lodge, un hotel regentado aún hoy por sus descendientes. Allí continuaron con la música y construyeron una vida nueva. El musical de Broadway de 1959, y posteriormente la película de 1965, adaptaron libremente su historia, acentuando el tono romántico y musical.

Más allá de la ficción, la trayectoria de los Trapp simboliza valores de resistencia, familia y cultura que siguen inspirando a los visitantes de Salzburgo.

Salzburgo tiene muchas caras. Es la ciudad natal de Mozart, es también sede de un festival internacional que llena cada verano de música clásica y patrimonio barroco la ciudad; y cómo no, es punto de paso hacia los Alpes. Pero para millones de personas en todo el mundo, Salzburgo está ligada a una película: **The Sound of Music**, conocida en España como **Sonrisas y Lágrimas** (en Latinoamérica es conocida como *La Novicia Rebelde*). Estrenada en 1965, se convirtió en uno de los grandes éxitos del cine musical y fijó en la memoria colectiva una imagen de la ciudad que aún hoy sigue viva.

El rodaje en Salzburgo duró varios meses y convirtió a la ciudad en un gigantesco plató. Escenarios como los jardines del Palacio de Mirabell, el convento benedictino de Nonnberg o el lago de Leopoldskron pasaron a formar parte de la iconografía del cine. Para los salzburgueses fue un acontecimiento que dejó una huella duradera. A lo largo de las décadas, Salzburgo ha sabido mantener ese vínculo, transformándolo en experiencias que no son solo para nostálgicos. Escenarios convertidos en museos, representaciones teatrales, rutas en bicicleta, clases de cocina y hasta cenas al aire libre con banda sonora hacen que el visitante pueda sumergirse en la película desde múltiples ángulos.

Vista panorámica de Salzburgo



Jardines del Palacio de Mirabell



El teatro de marionetas

Tradición en miniatura

El **Salzburger Marionettentheater** abrió sus puertas en 1913 y desde entonces se ha convertido en una institución cultural. En 2016 la UNESCO lo incluyó en la lista de Patrimonio Cultural Inmaterial, reconociendo un arte que en Salzburgo se mantiene vivo. Allí, un pequeño ejército de títeres de madera —algunos con más de un siglo de historia— interpreta óperas, cuentos infantiles y también *The Sound of Music*.

El montaje condensa la película en poco menos de dos horas. La música original se escucha mientras las marionetas cantan, bailan y recorren escenarios en miniatura. El espectador descubre una tradición artística que forma parte de la identidad cultural de la ciudad. Muchos viajeros lo consideran una de las mejores formas de acercarse a la película porque añade la magia de un arte escénico singular y profundamente ligado a Salzburgo.

Además, el teatro ofrece visitas guiadas a sus talleres, donde se pueden contemplar los procesos de construcción de cada marioneta. El trabajo manual, la pintura de los rostros, la confección de los trajes y el minucioso sistema de cuerdas revelan una dedicación artesanal que sorprende tanto como la función misma.

Salzburgo en bicicleta

Tras la estela de *Fräulein Maria*

Otra forma de acercarse a Sonrisas y lágrimas es en bicicleta. El tour “**Fräulein Maria**” recorre, a lo largo de 13 kilómetros, los escenarios más emblemáticos de la película. Desde los jardines del Palacio de Mirabell hasta el lago de Leopoldskron, el itinerario permite descubrir la ciudad con calma y sin prisas adicionales, disfrutando del paisaje.

No es un recorrido deportivo, sino un paseo accesible para todos. El guía acompaña al grupo, deteniéndose en los puntos de interés y relatando anécdotas de la filmación. La bicicleta permite un contacto más íntimo con Salzburgo: se atraviesan parques, calles tranquilas y se respira el ambiente cotidiano de la ciudad histórica y monumental.

El recorrido tiene además un valor añadido: enlaza el patrimonio histórico con la memoria cinematográfica. El ciclista descubre palacios barrocos, conventos centenarios y panorámicas de los Alpes, todo ello vinculado a escenas que el espectador identifica de inmediato. La experiencia mezcla ejercicio, historia, cultura popular y un recuerdo imborrable en un mismo trayecto compartido, evocador y profundamente memorable.

Teatro de marionetas, escena de María y los niños de la familia Trapp



Entre fogones

Música y strudel

En Salzburgo también se puede saborear la película. La **Escuela Edelweiss** ofrece clases de cocina en las que se prepara strudel de manzana y bretzels, dos clásicos de la gastronomía centroeuropea.

El proceso no se limita a seguir una receta. Se explica la historia del postre, la técnica de estirar la masa hasta volverla transparente y la forma de servirlo. Los alumnos trabajan, amasan y al final degustan lo elaborado junto a un goulash o un vino local. Todo ello acompañado por las canciones del musical.

Lo interesante es que esta experiencia no es solo culinaria. Es también un modo de conectar al visitante con la tradición austriaca de hospitalidad y con la importancia de la mesa como lugar de encuentro. Mientras se canta y se cocina, se comparte también un pedazo de la identidad cultural del país.



Arriba y debajo Jardines del Palacio de Mirabell



Fachada del Palacio de Mirabell





El invernadero y el lago del Palacio Schloss Leopoldskron

Picnic en Schloss Leopoldskron

Cena al aire libre

Pocos escenarios son tan reconocibles como el Palacio de Leopoldskron, a orillas de un lago. En su parque se organiza un picnic-cena en el que los visitantes disfrutan de una velada al aire libre mientras suenan fragmentos de la banda sonora.

Se extienden mantas sobre la hierba, se sirven platos sencillos de la tradición local y el entorno hace el resto. La película parece volver a cobrar vida mientras el sol se pone sobre el agua. El palacio, construido en el siglo XVIII por el **príncipe-arzobispo Firmian**, fue escenario de exteriores de la película y sigue siendo un icono arquitectónico de la ciudad. Su uso para estas veladas une historia, naturaleza y cine en un mismo marco.



El tour clásico

Autobús lleno de canciones

Panorama Tours organiza el recorrido más conocido: el **"Original Sound of Music Tour"**. A bordo de un autobús se visitan los escenarios de la película, desde Mirabell hasta las colinas cercanas. Durante el trayecto suenan las canciones originales y los guías animan a los viajeros a cantar.

Es una propuesta más turística, pero mantiene un atractivo incuestionable. Familias, viajeros que crecieron con la película y jóvenes que la descubren por primera vez comparten un recorrido que sigue celebrando un fenómeno cultural intacto.

El tour también incluye información sobre la historia real de la familia Trapp, cuyo relato fue la base del musical de Broadway y después de la película. Así, la ficción y la realidad se entrelazan en un relato que no deja indiferente a nadie.

Austria



Domplatz, estos arcos conectan la Catedral con otros edificios oficiales

La Villa Trapp, fué la residencia de la verdadera familia Trapp



Una ciudad que no olvida

Sonrisas y Lágrimas no fue solo un éxito de taquilla. Fue también la construcción de un mito que convirtió a Salzburgo en escenario soñado para millones de espectadores. Medio siglo después, la ciudad ha sabido transformar esa herencia en propuestas culturales y turísticas que se adaptan a todos los públicos.

Marionetas, bicicletas, fogones, picnics o autobuses: cada formato ofrece una puerta distinta para entrar en la misma historia. Lo interesante es que Salzburgo no ha quedado atrapada en la nostalgia. Ha integrado la película en su vida cotidiana, sumándola a su vasto legado musical y arquitectónico.

Los visitantes pueden acudir por Mozart o por el Festival de Verano, por la fortaleza medieval o por los Alpes cercanos. Pero quienes eligen seguir las huellas de los Trapp descubren un relato paralelo que, como las canciones de la película, se mantiene vivo en la memoria colectiva.

Al final, lo que queda es una certeza sencilla: **en Salzburgo, la música nunca deja de sonar.**



Susana Hornos

Por: Julián Sacristán - comunicacion@wfm.es

Como riojana intuimos que su primera novela bebe mucho de esos campos. Si tuviera que hacernos una pequeña ruta por su tierra, ¿qué lugares nos recomendaría y por qué?

Antes aclaro algo que no mucha gente sabe, pese a que es una de las Comunidades con menos territorio (poco más de 5.000 km², unos 110 kms de punta a punta) tenemos la fortuna de que el Ebro nos regala siete afluentes, el Oja, el Tirón, el Najerilla, el Iregua, el Leza, el Cidacos y el Alhama con sus siete valles. Imaginen el mar de viñedos, hayedos, álamos, pueblos y retama que respiramos a través de sus rutas.

¿Nos podrías hacer alguna ruta?

Me animo a elegir una para un par de días. Saliendo de su capital Logroño, partiría rumbo a Briones, en el camino se puede hacer una visita al Museo de la cultura del vino de Vivanco. Antes de llegar a la ladera del pueblo y visitar sus casonas, palacios y todo el entramado medieval del pueblo, pueden subir al torreón de Briones y disfrutar las vistas de la Sierra de Toloño y el Ebro, son espectaculares. De ahí partiría a otro pueblo bellissimo Casalarreina para aquellos que amen el arte renacentista tienen varias joyas, desde el Monasterio de Nuestra Señora de la Piedad a el Palacio de Pobes y de ahí me iría hacia San Millán de la Cogolla. En el camino pararía a comer en Santo Domingo de la Calzada cuya Catedral es visita obligada de la Ruta Jacobea. Se puede llegar a la tardecita a San Millán (Patrimonio de la Humanidad) y regocijarse no solo de la imponente naturaleza de la Sierra de la Demanda, sino descubrir y aprender más sobre la cuna del castellano entre Glosas, valles, hayedos y claustros (recomiendo ver los horarios de las visitas). Se puede pasar ahí la noche en su Hostería de ensueño.

Para el segundo día, recorrer los Cameros rumbo a las 7 Villas y desayunar en la Venta Goyo en Viniegra de Abajo es un plan que digo sí para llenarse de energía, rotundidad, naturaleza y una vez más cultura. Por ejemplo, visitar el Corral de comedias en Canales de la Sierra (el más antiguo de la Rioja), o visitar el paraje de Mansilla donde Ana María Matute pasó parte de su infancia y sus lectores pueden reconocer en alguno de sus libros. En ese camino están también Las Viniegras, Montenegro (ojo con las curvas) hasta llegar a Villoslada de Cameros en la vertiente norte de otra de nuestras sierras insignias, el Parque Natural de la Sierra de La Cebollera. Todo ese regreso a Logroño se puede ir parando en pueblos anclados en el tiempo y aun así con vida, mercados, restaurantes... Incluso hacer unos kilómetros más y acercarse al Pantano González Lacasa en el Rasillo, o a Ortigosa (tiene unas cuevas muy famosas pero eso ya sería otra visita porque se necesita tiempo). Casi regresando a Logroño se puede hacer una última parada para despedirnos en el mirador de Cameros en Islallana (si recuerdan los planos increíbles de las Peñas de la película "Un amor" de Isabel Coixet fueron rodados ahí). Si les queda hambre para antes de acostarse, ya en Logroño, cómo no, un par de pinchos en La Laurel, pero los de Logroño somos más de la Calle San Agustín, adoro los pinchos de La Anjana; si más que pintxos, tienen ganas de cenar en restaurante y ya terminar por todo lo alto, La cocina de Ramón o En Ascuas son dos que me encantan.

¿Dónde diría que es el lugar ideal en La Rioja donde poder leer su novela, Mañana seremos otro día?

Te digo tres según qué lector sea, si es de librerías, la cafetería de Santos Ochoa de Logroño, si es de Bibliotecas, yo adoro la Casa de Cultura de Fuenmayor, es un edificio muy bonito, en un entorno tranquilo y muy bien atendida, pasé ahí mucho tiempo de Universidad estudiando y leyendo y si es al aire libre en la Boca del Río, también en mi pueblo, Fuenmayor. Se llega por un camino entre

huertas y viñedos y sin esperarlo te aparece el Río Ebro calmo, también traicionero, pero lejos de todo.

¿Cómo ha influido tu identidad riojana en tu forma de escribir y en tu proceso creativo en esta primera novela?

Principalmente que cuando comencé a crear sus dos protagonistas no podía imaginarlos en una urbe grande como en las que he vivido y vivo (Buenos Aires y Madrid), necesité acercarlos a mí, que fueran de lugar chico, o en el caso de él que se dedicara al campo. Sentí que, si partía de esos "lugares comunes" con mi infancia y adolescencia, sabría entenderlos y caminar más a la par con ellos.

¿En qué medida los paisajes, la cultura o la historia de La Rioja han influido en la ambientación o la trama de tu novela?

Además de lo que dije en la respuesta anterior, también se da algo en la novela que es el sentido de comunidad. Junto a sus dos protagonistas, conviven otros personajes a su

alrededor, llenos de imperfecciones, meteduras de pata, egoísmos y aun así, les ayudan a sentirse en familia, a serlo.

¿Hay algún lugar específico de La Rioja que haya servido como inspiración directa para escenas o personajes de tu libro?

No he tenido uno en concreto, pero sí que en ocasiones cuando dudaba de algún término del campo o buscaba alguna palabra referida a la tierra, llamaba a mi padre a las horas que sabía que estaba echando la partida en Fuenmayor, así además del mus, tenía cuatro diccionarios en total a quien preguntar.

Si tu novela fuera un vino riojano, ¿cuál sería y por qué?

Te diría que uno joven. Justamente porque los que somos de aquí, los bebemos más, no pasan por barricas, son más frescos, pero también más primarios. Pese a todo lo que sus protagonistas han vivido, me gusta imaginarlos así.





La ventana de Manena

Anécdotas Viajeras

Fotos y texto: Manena Munar manena.munar@gmail.com

“Son aquellas pequeñas cosas...” que cantaría Joan Manuel Serrat las que después de un viaje prevalecen en la memoria y al recordarlas se vuelve a abrir la sonrisa, a llorar, o a reír a carcajadas. Me gustaría sacar del baúl de mis recuerdos algunas de ellas y compartirlas con vosotros.

Cuando volví de Cuba

En Cuba se vive bailando. Empiezo este relato habanero destacando como en La Habana te reciben bailando, lloran bailando, charlan bailando y, te despiden, bailando.

En Cuba se vive bailando



No exagero. Apagones, carencias, bloqueos y, siguen bailando. Antes de continuar con los chascarrillos del que fue un viaje como ninguno y cerrar el capítulo rumbero, os contaré que un día de muchos que estamos en los autobuses, el conductor desaparece y nos deja dentro del bus, en la puerta del hotel, ansiosos por conocer La Habana. Cuando al fin, uno de nosotros pregunta dónde está nuestro chofer, con toda naturalidad le contestan, “por ahí anda, bailando con la recepcionista... Y en el Malecón, un rumbero impenitente nos explica con lágrimas en los ojos el cómo, a pesar de llevarla en el corazón, se había tenido que volver de España porque “allí, mi asere, la gente no baila”.



Los almendrones, leyendas rodantes

A través de la ventanilla del bus.

Nuestro conocimiento primario de la Habana es a través de la ventanilla, hasta que caemos en la cuenta de que había que “escaparse” del bus. Los integrantes del viaje somos muchos, y la jornada comienza con una ristra de autobuses, uno detrás de otro, recogiendo sin prisa y con mucha pausa a los pasajeros, distribuidos en diferentes hoteles de la Habana. Y no es que, en todos, el conductor baile con la recepcionista, pero qué si un pasajero se ha dormido, que otro anda desayunando, y el siguiente se ha equivocado de puerta.

Para cuando empezamos a movernos, el sol amenaza con esconderse tras el Malecón. Yo me entretengo mirando los coco-móviles amarillos que hacen las veces de taxi, los pintorescos “almendrones” y, viendo pasar a la gente de todos los colores y rasgos posibles. Cruza la calle una mujer de aspecto taíno, le adelanta un chaval que bien podía ser andaluz, anda ligero un moreno de ojos turquesas, a su lado el mulato vestido de blanco haciendo alarde de su santería, y en la otra esquina, un chino salido de la Chinatown habanera, comprando ¡Maniiii!!!! a aquella “Negra Tomasa” de enorme humanidad cuya voz manisera llena las calles de La Habana, mientras le guiña el ojo al yuma rubio que pasa, provocándole con una carcajada, qué en Cuba se ríen hasta durmiendo.

Una mujer con sombrero.

Se baila, y también se canta; si no que se lo digan a la excelsa Celia Cruz, Compay Segundo o a La Nueva Trova Cubana. Recuerdo con nostalgia cómo, hace años, cogía el vinilo de Silvio Rodríguez y pinchando justo en “Una mujer con sombrero, como un cuadro del viejo Chagall...”, la escuchaba una y otra vez.

Y no dejemos al cine de lado. Vi hace poco “Regreso altaca” con un magistral y maduro Jorge Perrugoría; en la genial “Fresa y Chocolate” era aún muy joven. Las conversaciones con sus amigos en aquella azotea de cara al Malecón, plató de la película, definen la Cuba de hoy, su decadencia y su magnificencia que la pintan como una ciudad única, misteriosa y bella sin la que no se puede vivir, y en la que no se puede vivir. Se comprende, a las mil maravillas, al pasearla desde el barrio de Miraflores, lleno de palacetes que, aunque en estado dudoso la mayoría, la creatividad cubana ha transformado en paladares, gimnasios de andar por casa, o talleres donde ingenian, a lo Frankenstein, al famoso almendrón, con motor Mercedes, asientos Ford, carrocería de un Cadillac vintage y, pintado con los tonos más chillones posibles para que no pase desapercibido.

CUANDO VOLVÍ DE CUBA

Un encuentro casual e inolvidable

Cabe añadir que durante el paseo habanero se va conociendo a la población. Eso de ir a tu aire, calladito, observando, en La Habana no se lleva. Todo el mundo habla, pregunta, cuenta, ríe. Al final del día ya han hecho tu ficha y tú la de ellos. Esta aserción me guía a contar una de las vivencias más bonitas del viaje. Habíamos brujuleado por el Casco Histórico, rehabilitado gracias al empeño y la sabiduría del historiador Eusebio Leal que devolvió el esplendor a La Habana. Durante el paseo le echo el ojo a un par de librerías a las que decido volver. Entro en aquella cubierta por baldas de madera, libros y más libros; me los quiero llevar todos, cuando veo que se me acerca una mujer mulata, entrada en años, que lleva en la mano la típica bolsa de plástico con la que los cubanos salen a la calle, por lo que puedan encontrar ese día en particular. Su sonrisa alegra la estancia. Me pregunta con ese irresistible deje cubano, si me puede ayudar en algo. Comenzamos a hablar, y enseguida me percato de lo seductor de su conversación que, irradia cultura, manejo de las palabras y una saludable socarronería.

La decadencia de la Habana



Marta Rojas, como dice llamarse, resulta ser una de las escritoras cubanas más prestigiosas, periodista también, testigo del asalto al Cuartel del Moncada sobre el que escribió diversos reportajes.

Calles de la Habana,
La Ciudad de las columnas



Cuando nos encontramos, tiene noventa años y aún colabora con el periódico Granma; lo hizo desde su fundación. Marta saca de una de las estanterías su novela, maravillosa, “**Las Campanas de Juana la Loca**”, sobre el papel de la reina, en Cuba, más allá de su supuesta locura, cuando mandó de vuelta a la Habana, el bronce, que de Cuba habían llevado a España, para que se utilizara en las campanas de las iglesias habaneras. No doy crédito al fortuito encuentro, pero, como suele pasar en la mayoría de los viajes grupales, tengo que salir disparada para reunirme con todos. Me despido con un beso y la promesa de que si algún día vuelvo a La Habana me regalara un par de horas. Vuelvo al año siguiente y la visito en su sencillo piso del edificio Nico López, en el barrio de El Vedado, donde el surrealismo hace una vez más acto de presencia, al aclararme el vecino que cuando se llama a los ascensores, viene siempre el contrario al del botón marcado, y qué, al pulsar el telefonillo, solo hay una tecla para los diez pisos, pero suena en todos y cada uno de ellos...

La tarde es inolvidable; álbumes de fotos que presentan a su familia, de Santiago: a su abuelo español, pastelero, casado con una mujer de origen africano, esclava de vientre libre, a su padre sastre, qué su madre modista, y a ella misma, de niña, con unos brillantes y curiosos ojos que ya prometen. A Marta, como corresponsal en la guerra del Vietnam, con Fidel Castro, recibiendo el premio literario Alejo Carpentier por su novela "Inglesa por un año", el Nacional de Periodismo José Martí en reconocimiento a la obra de su vida, o como jurado del Premio Cervantes. Su piso es sencillo y carente de comodidades, un ventilador, una mecedora, un despacho donde escribe y en el que cuelgan cuadros de pintores famosos cubanos, cuyos esbozos utiliza para las portadas de sus libros, como aquel de Santa Lujuria.

Nos despedimos amigas, con un sentido abrazo, y no la vuelvo a ver, pues al poco tiempo me entero de su muerte.

Pirañas que se escriben whatsapps

Sigo con una anécdota qué, si podía haber terminado fatal, se soluciona con un brindis y, gracias a la etérea "nube virtual". Navegamos desde Varadero hacia Cayo Blanco, al vaivén de un catamarán, disfrutando de la exuberancia tropical. Yo me siento en primera fila, entre los cascos y esa red donde los más avezados se tumban a tomar el sol, cuando una compañera me pide cortésmente que le haga una foto con su móvil. Mientras busca sitio y postura, pasa una de esas molestas lanchas motoras que dejan olas a su paso. La ola fatal me hace resbalar y observo, a cámara lenta, como el móvil de mi amiga se me escapa de las manos, para caer en el espacio minúsculo que hay entre el casco y la red. Silencio y horror, al pensar en el teléfono, ahogándose, con todo el testimonio de su viaje.

¡Maniiiiii!



LA VENTANA DE MANENA



Marta Rojas



La misteriosa Habana

Un resbalón, una ola traicionera y un móvil a punto de naufragar en el Caribe. La anécdota, que pudo acabar en desastre, terminó con risas y un brindis gracias a la nube virtual



Navegando hacia Cayo Blanco

El legendario Hotel Nacional de Cuba nos recibe entre historia y glamour: llegamos con botas llenas de barro, pero un roncito de bienvenida y el ritmo sensual del baile nos recordaron que en La Habana la elegancia siempre se mezcla con la calidez

Ella, reacciona con elegancia; yo lucho por no saltar al agua a recuperar el móvil. ¡Vamos a tomar un whisky! dice, y mientras, se escucha a alguien comentar: ***“las pirañas se están mandando WhatsApps”***.

Hotel Nacional de Cuba; una auténtica leyenda

La última velada habanera tiene como escenario el grandioso, histórico, anecdótico, Hotel Nacional de Cuba, enclavado entre el exclusivo barrio de El Vedado y la Habana Vieja, con el Malecón y la Corriente del Golfo de frente, dominando el panorama de La Habana desde la loma de Taganana, nombre de origen guanche que le dieron sus emigrantes canarios.

No voy a ahorrar en detalles para contar lo que es nuestra entrada en el hotel donde nos habían invitado a una fiesta de etiqueta por todo lo alto. Lle-

gamos hechos un asco, literalmente, con ropa de excursión, las botas llenas de barro y el pelo apelmazado por el calor. Entramos en fila india con la cabeza agachada y la mirada en el suelo, avergonzados de semejante aparición y, nos excusamos diciendo la verdad; con la excursión del día a Viñales se nos echó el tiempo encima, y no pudimos ducharnos y vestirnos como requería la ocasión.

Ni que decir tiene que la bienvenida es cálida y glamurosa. Enseguida nos ofrecen un roncito de Havana Club Añejo Especial para empezar a disfrutar del espectáculo de baile, colorido y sensual; como solo se baila en Cuba.

Levanto por fin los ojos, y la copa, y mirando al Malecón, al Atlántico, y al Morro, brindo por la capital cubana.

El Hotel Nacional de Cuba



traveling

gourmets



SABORES DE ALBACETE

Un viaje a través de
sus productos

LA CAZA EN LA MESA

Tradición, sostenibilidad
y gastronomía

EL ESPIGÓN

Sabores andaluces en
el corazón de Madrid

MAKOTO MADRID

El Japón más
contemporáneo



Albacete

Sabores que cuentan la historia de La Mancha

Texto: Redacción - Fotografía: APEHT

Sabores de la tierra manchega, donde los platos pastoriles conviven con quesos, vinos, aceites y azafrán que han llevado el nombre de Albacete más allá de sus fronteras

La gastronomía de Albacete es un viaje a la esencia manchega, una cocina forjada en la vida rural y en el aprovechamiento de los recursos de cada estación. En la mesa aparecen recetas transmitidas de generación en generación: las migas ruleras, nacidas del pastoreo; el contundente atascaburras, que mezcla bacalao, patata y nuez para reconfortar los inviernos; o el gazpacho manchego, preparado con carne de caza menor sobre la tradicional torta de pastor. Platos humildes que, con el tiempo, se han convertido en patrimonio culinario.

A estos sabores se suman productos que han dado prestigio internacional a la provincia: el queso manchego con Denominación de Origen, elaborado con leche de oveja de la región; el azafrán de La Mancha, conocido como “oro rojo” por su intensidad aromática; o los vinos de las denominaciones Almansa y La Mancha, que sorprenden por la fuerza de sus tintos y la frescura de sus blancos. No menos importante es el aceite de oliva virgen extra, fruto de las almazaras que convierten la aceituna en un elixir gastronómico. Todo ello configura una identidad culinaria que, más que alimentar, se saborea como parte del paisaje cultural de Albacete.

La gastronomía manchega es un relato vivo, tejido con sencillez y memoria campesina, que se ha convertido en un pilar de identidad para toda una región. En Albacete, las mesas se llenan de platos que nacieron de la necesidad y hoy son orgullo compartido. **El gazpacho manchego**, que nada tiene que ver con el gazpacho andaluz, es un guiso de origen pastoril en el que las tortas de pan ácimo se desmenuzan en un caldo con carnes de caza menor, hierbas y especias. Su fuerza está en la sencillez y en ese sabor profundo que ha acompañado a generaciones.

Otro clásico son **las migas ruleras**, elaboradas a partir de pan duro, ajo, aceite, tocino y chorizo, un manjar humilde que se cocina lentamente y que, como su propio nombre indica, “rulan” en la sartén hasta alcanzar la textura perfecta. En esa receta, transmitida de padres a hijos, pervive la esencia de la vida rural.

El atascaburras, conocidas también como ajoatado o ajoarriero, es otra muestra de ingenio popular. Con patata, bacalao, ajo, aceite y a veces nueces, se prepara un puré consistente que, según la tradición, “harta hasta a las burras”. Sencillo y contundente, refleja el carácter recio de la tierra.

No faltan en este recetario los dulces, con iconos como los **Miguelitos de La Roda**, hojaldres rellenos de crema que se han convertido en embajadores de la provincia, o los rollicos de anís, con su fragancia que evoca a la infancia y a las celebraciones familiares.

Miguelitos de la Roda



Migas manchegas



Atascaburras

Gazpacho manchego



“

Cada copa de vino es un viaje al corazón de la tierra

”

La provincia no solo presume de su recetario, también de productos reconocidos a nivel mundial. El **Queso Manchego**, con Denominación de Origen Protegida, es desde hace siglos uno de los emblemas más reconocibles de Castilla-La Mancha. Elaborado exclusivamente con leche de oveja manchega, su sabor intenso y su textura firme son el resultado de un proceso artesanal que se ha transmitido de generación en generación. No es solo un producto gastronómico: es un símbolo de identidad, ligado a los pastores, a la trashumancia y a la cultura de la meseta. Su presencia en las mesas de la región acompaña desde los almuerzos más humildes hasta las celebraciones más solemnes.

Otro de los tesoros de la provincia es el **azafrán de La Mancha**, conocido como el “oro rojo”. Cultivado con paciencia en pequeñas parcelas familiares, se recolecta a mano en las frías madrugadas de octubre y noviembre. Cada flor se abre al amanecer y debe ser desbrinzada en el mismo día para conservar su aroma.

El resultado es un condimento delicado y poderoso a la vez, imprescindible en recetas tradicionales como el arroz caldoso, el pisto o las sopas castellanas. Su producción, muy limitada, está protegida por una Denominación de Origen que garantiza su calidad y trazabilidad, y que lucha por mantener viva una actividad agrícola ancestral.

La viticultura, por su parte, ha experimentado en las últimas décadas una notable transformación. Los vinos de las denominaciones **La Mancha y Almansa** han pasado de ser conocidos únicamente en los mercados locales a conquistar premios y reconocimiento internacional. Hoy se elaboran vinos con gran personalidad, fruto de una tierra extrema y de variedades autóctonas como la **Garnacha Tintorera, la Monastrell o la Tempranillo. Las bodegas de la D.O. Almansa**, en particular, han apostado por abrirse al viajero. Ofrecen visitas guiadas por viñedos centenarios que explican la historia del cultivo, catas comentadas en antiguas naves de crianza y maridajes con productos locales que permiten descubrir el carácter de cada vino. El enoturismo ya no es un añadido, sino una experiencia imprescindible para comprender la provincia desde dentro, desde su paisaje y su gente.

Algo similar ocurre con el oleoturismo. En la provincia se contabilizan unas 38 almazaras activas que, además de producir **aceites de oliva virgen extra** de primera calidad, han entendido que el visitante quiere conocer el origen de lo que consume.

Sala de barricas de una de bodega de Albacete reconocida como D.O. Vino de Pago



Racimo de uva tempranillo y Vendimia mecanizada



Estas almazaras ofrecen recorridos que muestran el proceso completo: desde el olivar, pasando por la molturación en frío, hasta la cata final en copa. Se explica la importancia del momento de la recolección, la diferencia entre variedades como la arbequina, la cornicabra o la picual, y se enseñan a reconocer los matices frutados, amargos o picantes que caracterizan a un buen aceite. En muchos casos, estas experiencias se completan con desayunos típicos, talleres de cocina tradicional o paseos entre olivos centenarios.

Todo este entramado de saberes y sabores forma parte de un proyecto más amplio, impulsado por la Diputación Provincial y por numerosas cooperativas, pequeñas empresas y productores independientes. El objetivo es claro: consolidar a Albacete como un destino enoturístico y oleoturístico de referencia en España, capaz de atraer a un viajero que busca autenticidad, calidad y contacto directo con el territorio. No se trata solo de degustar, sino de comprender. De conocer a quienes están detrás de cada queso, cada copa de vino o cada gota de aceite. Y de reconocer en esos productos la memoria viva de una tierra que ha sabido conservar lo esencial sin renunciar al futuro. El viajero puede sumarse también a rutas urbanas que muestren la vitalidad de la hostelería.

Las **Jornadas de la Tapa** o la **Jornada de la Croqueta**, organizadas por la **Asociación de Hostelería y Turismo de Albacete (APEHT)**, han dinamizado la oferta gastronómica, atrayendo a miles de visitantes. La segunda edición de “**Croqueteando por Albacete**” en 2024 fue un éxito rotundo, con 74 establecimientos participantes.

Mercados, festivales y encuentros culinarios completan un calendario que une tradición y modernidad. Albacete, tierra recia y hospitalaria, demuestra que su cocina no es solo alimento, sino un relato cultural que se sirve en cada mesa y que hoy se proyecta más allá de sus fronteras.



Azafrán (D.O.P.) de La Mancha



Quesos en curación



Aceites con sello de calidad elaborados en Albacete





La caza en la mesa

Tradición, sostenibilidad y gastronomía

Texto: Redacción - Fotografía: Archivo

El otoño en España no solo trae lluvia fina y bosques que cambian de color. Marca también el inicio de la temporada de caza, un tiempo en que tradición, paisaje y gastronomía se entrelazan. Lejos de los tópicos, la caza en la mesa es el resultado de una actividad regulada y responsable que contribuye al equilibrio cinegético, a la conservación de los montes y a la pervivencia de un recetario con siglos de historia.

El consumo de carnes de caza nos recuerda que el monte es un ecosistema vivo, que requiere cuidado y gestión. Cazadores y hosteleros comparten una misma idea: solo desde el respeto al entorno se garantiza que cada otoño la despensa natural vuelva a llenarse.

La caza como equilibrio del territorio

En muchas zonas rurales, la actividad cinegética se entiende como parte de la gestión del medio natural. Controlar poblaciones de jabalíes o ciervos evita daños en cultivos y accidentes en carreteras. Regular la densidad de perdices, liebres o palomas protege el equilibrio entre especies.

Detrás de la imagen de monterías o batidas, hay un trabajo silencioso durante todo el año: limpieza de senderos, mantenimiento de charcas, conservación de dehesas y reforestación. En muchas comarcas, son las propias sociedades de cazadores las que financian estas labores. Así, la caza se convierte en una herramienta de custodia del territorio, más allá de la jornada en el campo.

Un producto singular y natural

Las carnes de caza no proceden de granjas intensivas ni de cadenas industriales. Son animales que han vivido en libertad, alimentándose de lo que ofrece el bosque o la dehesa. Esto se traduce en carnes magras, ricas en proteínas y de sabores intensos, distintos a cualquier otra carne doméstica.

La caza menor aporta piezas delicadas: perdiz roja, faisán, paloma torcaz, liebre. La mayor, en cambio, ofrece cortes de venado, jabalí o corzo, más potentes y rústicos. Todas requieren técnicas de cocinado que realcen su carácter: escabeches, estofados, maceraciones prolongadas. La cocina de la caza es también una cocina de paciencia.

De los conventos a la alta cocina

El recetario español guarda en su memoria una rica tradición ligada a la caza. Los conventos del Siglo de Oro perfeccionaron escabeches y civets que aún hoy se siguen preparando. En Castilla-La Mancha, la perdiz escabechada es parte de la identidad regional; en Andalucía, los guisos de jabalí con vino tinto se sirven en ventas y restaurantes de carretera; en Aragón, la liebre con chocolate recuerda el mestizaje entre cocina salada y repostería.

Un grupo de cazadores limpiando el monte. © FAC



LA CAZA EN LA MESA



Liebre guisada con verduras



Carpaccio de venado y boletus

Hoy, la caza ocupa también un lugar en la alta gastronomía. Chefs como Pepe Rodríguez en Illescas, Jesús Sánchez en Cantabria o Adolfo Muñoz en Toledo reinterpretan estas carnes con técnicas contemporáneas. La esencia se mantiene, pero los platos se presentan con sutileza: carpaccios de ciervo, raviolis de perdiz, tacos de jabalí. La tradición convive con la innovación, y ambas encuentran en el otoño su mejor momento.

Territorios que se reconocen en su cocina

Los Montes de Toledo, Sierra Morena, la Sierra de Cazorla o los bosques sorianos son paisajes donde la caza forma parte de la identidad. Allí, el viajero descubre no solo un plato, sino un modo de entender el territorio. Muchos restaurantes rurales basan su menú de temporada en piezas de caza, mientras que ferias y jornadas micológicas completan la experiencia.

La gastronomía se convierte así en argumento turístico. Quien viaja en otoño a estas comarcas encuentra mesas que ofrecen mucho más que alimento: transmiten la historia de un lugar, la pervivencia de un oficio y el respeto por un ecosistema.

Perdiz escabechada





Lomo de venado asado

Caza responsable, bosques vivos

Uno de los grandes debates actuales es el papel de la caza en la sostenibilidad. Frente a quienes la miran con recelo, cada vez más voces recuerdan que sin gestión cinegética los montes sufrirían un desequilibrio grave. Superpoblaciones de jabalíes, ausencia de depredadores naturales, expansión de enfermedades... La caza regulada es una forma de mantener vivo el ecosistema.

En paralelo, asociaciones de cazadores y hosteleros defienden la trazabilidad: conocer de dónde procede cada pieza, garantizar su manipulación en frío, respetar los cupos establecidos. El mensaje es claro: la caza en la mesa solo tiene sentido si se practica desde la responsabilidad.

En muchos pueblos, además, los cazadores son los primeros en mantener limpio el monte, en retirar basura, en abrir sendas, en vigilar el estado de los ríos. Esa labor, invisible pero constante, es parte de la herencia cultural que se transmite junto a las recetas.

Entre tradición y futuro

El reto está en acercar la caza a las nuevas generaciones. Para muchos jóvenes urbanitas, es una realidad lejana. Sin embargo, la cocina ofrece un puente. Probar un guiso de ciervo con setas, un escabeche de perdiz o un carpaccio de corzo es también descubrir un paisaje y una cultura.

Cada plato es un relato: el del bosque que se mantiene vivo gracias a la gestión cinegética, el del cazador que limpia el monte y cuida el equilibrio, el del cocinero que reinterpreta una tradición. La caza en la mesa no es un vestigio del pasado, sino una práctica actual que habla de sostenibilidad, identidad y sabor.

En definitiva, cuando el viajero se sienta ante un plato de caza en pleno otoño, no solo está comiendo. Está participando de un ciclo que mantiene bosques, preserva especies, da vida a pueblos y rinde homenaje a una de las cocinas más antiguas y auténticas de España.

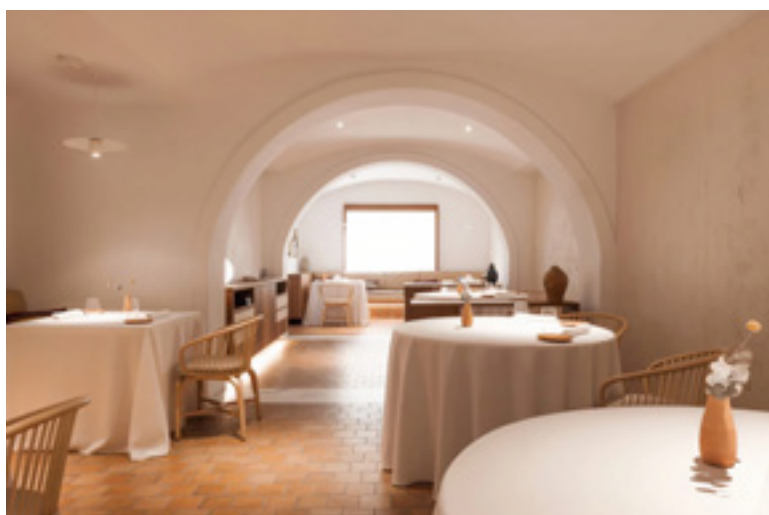
Dónde comer buena caza en España

Seis restaurantes que rinden homenaje a la tradición cinegética

Restaurante Adolfo

En pleno casco histórico de Toledo, el Restaurante Adolfo combina tradición manchega y cocina de autor en un edificio del siglo XII. Fundado por Adolfo Muñoz, ofrece menús de temporada elaborados con productos locales y de kilómetro cero. Su bodega centenaria añade un valor único a la experiencia gastronómica. Reconocido por la Guía Michelin y la Guía Repsol, es un referente imprescindible en la ciudad. El trato cercano y la cuidada puesta en escena completan una visita que une historia, sabor y hospitalidad.

C/ Hombre de Palo, 7
Toledo
Tel: +34 639 33 09 91



El Bohío

En Illescas, a medio camino entre Madrid y Toledo, El Bohío mantiene viva la esencia de un mesón familiar fundado en 1934 y transformado en templo gastronómico. Pepe Rodríguez, al frente de los fogones, reinterpreta la tradición manchega con mirada contemporánea y respeto absoluto al producto. Lentejas con butifarra, pringá de cocido o un gazpacho manchego reinventado son ejemplos de su propuesta. Con una estrella Michelin desde 1999, el restaurante une historia, sabor y hospitalidad en un espacio que emociona.

Av. Castilla-La Mancha, 81
Illescas (Toledo)
Tel: +34 925 51 11 26



El Cenador de Amós

En Villaverde de Pontones, Cantabria, Cenador de Amós, bajo la batuta de Jesús Sánchez, ocupa una mansión del siglo XVIII donde la cocina local alcanza el máximo refinamiento. Desde 1993, el chef ha tejido un legado que hoy brilla con tres estrellas Michelin, una estrella verde por sostenibilidad y tres soles Repsol, gracias a su respeto por el entorno, el huerto propio y una panadería galardonada. Su propuesta, íntima y elegante, celebra lo regional con sensibilidad contemporánea, donde cada plato rescata memoria y paisaje con emoción serena.

Plaza del Sol, s/n, Villaverde de
Pontones, Cantabria, España
Tel: +34 942 50 82 43



El Rincón del Vespok

En la exclusiva **urbanización de Puerta de Hierro, Madrid**, El Rincón de Vespok brota como un oasis ajardinado donde la cocina tradicional española se ofrece para compartir en un ambiente apacible. Las mesas al aire libre conviven con platos sencillos pero sabrosos: croquetas de cocido, raviolis de rabo de toro, puntalette de sémola con jabalí y setas de temporada o arroz meloso con pato azulón; todo regado con una selección de vinos y cócteles. Un espacio íntimo, discreto, ideal para tardes largas y sobremesas que se alargan, con un servicio amable y familiar.

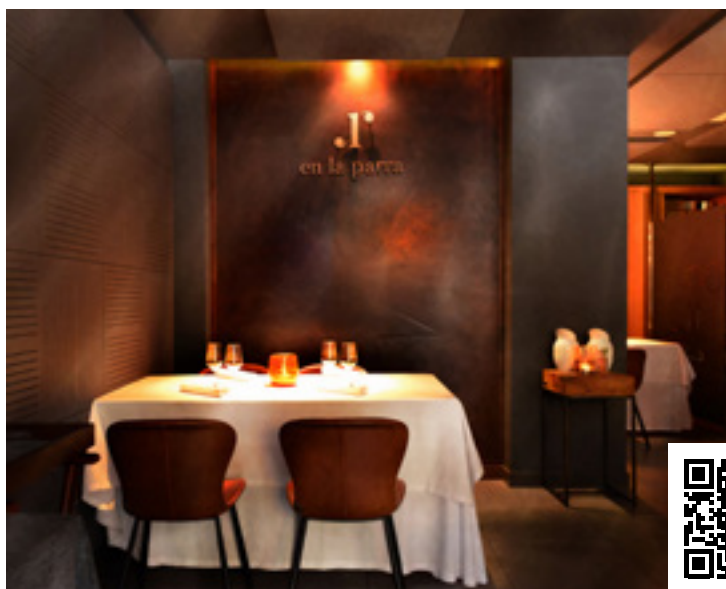
Calle Isla de Oza, 16
Madrid
Tel: +34 910 88 01 93



En la Parra

Frente al retablo plateresco del Convento de San Esteban, en el **casco histórico de Salamanca**, En La Parra despliega una cocina moderna de raíces castellanas. Rocío Parra lidera los menús Granito y Pizarra, homenaje al suelo salmantino, con aperitivos e ibérico como hilo conductor. Ofrece también el "Concepto Charro", más económico entre semana, inspirando sabores de memoria y proximidad. Un espacio elegante, cálido y creativo, donde tradición y contemporaneidad dialogan con respeto y sabor.

C/ San Pablo, 80
Salamanca
Tel: +34 923 064 783



El Molino de Alcuneza

En **Sigüenza**, en la provincia de Guadalajara, El Relais & Châteaux El Molino de Alcuneza se alza en una antigua casona restaurada junto al río Henares, bajo la guía del chef Diego Guerrero. Con una estrella Michelin, conjuga técnica y paisaje: sobaos modernos, platos inspirados en huerta y monte, y postres que evocan la infancia. El entorno rural, cuidado y sereno, amplifica el disfrute. Una cocina íntima y reflexiva que respira historia y emoción en cada bocado.

Crta GU-128, Alcuneza – Alboreca
km 0,5, Sigüenza
Tel: +34 949 39 15 01





Makoto Madrid

La elegancia del Japón contemporáneo en el corazón de la capital

Textos: Redacción - **Fotografía:** Makoto Madrid



MAKOTO

Madrid suma un nuevo templo gastronómico con la apertura de Makoto Madrid, primer restaurante en Europa del chef japonés Makoto Okuwa. Situado junto al hotel Rosewood Villa Magna, el local confirma la expansión internacional de un cocinero que ha conquistado Miami, Ciudad de México, Panamá y São Paulo con su visión renovada del sushi.

Tradición e innovación

Formado desde los 15 años en el sushi Edomae y discípulo de Masaharu Morimoto, Okuwa ha desarrollado un estilo que combina precisión japonesa y audacia global. Su filosofía es clara: 60 % tradición, 40 % innovación, un equilibrio que le permite respetar la técnica sin renunciar a la creatividad.

En Madrid despliega una carta que une lo mejor de Japón con productos españoles. Así, ingredientes como wagyu A5, erizo de mar de Hokkaido o atún toro de Oma conviven con pulpo gallego, cerdo ibérico, carabineros o atún de almadraba. Una propuesta que convierte cada plato en un diálogo cultural.

Una carta para compartir

El menú ofrece sushi y sashimi de altísima precisión junto a platos calientes cocinados en la robata, parrilla japonesa que imprime carácter ahumado a

Un grupo en expansión

Desde la apertura de su restaurante insignia en Miami en 2011, el grupo Makoto se ha consolidado como referencia de la cocina japonesa contemporánea, con más de 300.000 visitantes anuales. Su llegada a Madrid marca el inicio de una nueva etapa, con planes de abrir tres locales más en España y seguir creciendo en Estados Unidos.

Con esta apertura, Madrid reafirma su posición como capital gastronómica internacional y Makoto Okuwa suma un nuevo capítulo a su exitosa trayectoria.



carnes, mariscos y vegetales. Entre las creaciones más celebradas figuran las brochetas de langostino tigre, la lubina al miso con col rizada frita, el branzino con chimichurri de wasabi o las láminas de wagyu a la piedra caliente. Tampoco faltan guiños creativos como el arroz frito Frosty Kobe con foie y huevo orgánico o el softshell crab con alioli de chile.

Bebidas con sello nipón

La propuesta líquida acompaña el viaje. Makoto Madrid cuenta con una bodega de 150 referencias de vino, una veintena de sakes artesanales y whiskies japoneses de culto como Hibiki o Yamazaki. La coctelería de autor reinterpreta clásicos con un enfoque japonés, como el mojito de yuzu y lichi.

Diseño y ambiente

El proyecto arquitectónico es obra de Manuel Clavel Rojo, quien ha creado un espacio de 450 m² que transmite serenidad y sofisticación. Materiales nobles, guiños al wabi-sabi, bonsáis y fuentes de agua generan un entorno equilibrado entre Japón y Madrid. El restaurante ofrece capacidad para 60 comensales y cuenta con una terraza ajardinada de 40 plazas llamada a convertirse en todo un referente madrileño.





Quintoelemento

La noche madrileña bajo un cielo estrellado

Textos: Redacción - Fotografía: Quintoelemento

La noche en Madrid adquiere otra dimensión al cruzar las puertas de quintoelemento. El bullicio de la calle se desvanece y un ascensor conduce hacia lo alto, donde la ciudad se despliega iluminada. Bajo una cúpula digital que proyecta estrellas en movimiento, este rooftop ha logrado redefinir la manera de salir a cenar en la capital.

Más que un restaurante, Quintoelemento es un escenario en pleno triángulo del arte, un espacio donde gastronomía, música, imágenes envolventes y cócteles se combinan en un mismo lenguaje.

Una mesa que sorprende

El chef Juan Suárez de Lezo dirige la propuesta con precisión orquestal. Platos ligeros conviven con bocados intensos, siempre con un guiño viajero que refleja una cocina cosmopolita. Tatakis con notas asiáticas, productos locales tratados con mimo y postres que sorprenden tanto en lo visual como en lo gustativo son parte de un menú en el que la cocina nunca queda eclipsada por el espectáculo.

El latido japonés

Uno de los rincones más singulares es su sushi bar, inspirado en la tradición Kaiseki. Aquí, la experiencia es pausada, casi ceremonial: una sucesión de platos que evocan el paso de las estaciones. Ver al chef moldear cada pieza con precisión transporta mentalmente a Kioto o Tokio, un momento de calma en contraste con la vibración del resto del local.

La coctelería como viaje

En la barra, los cócteles se convierten en protagonistas. La propuesta líquida viaja entre continentes: frutas tropicales, especias orientales y reinterpretaciones de clásicos como el negroni o el dry martini. No son un acompañamiento, sino parte del guion de la velada, capaces de abrir, acompañar o cerrar la experiencia mientras la terraza muestra un Madrid que nunca duerme.

Gastronomía y espectáculo

El gran acierto de Quintoelemento es equilibrar lo culinario con lo escénico. La cúpula digital proyecta constelaciones, paisajes o escenas futuristas que se sincronizan



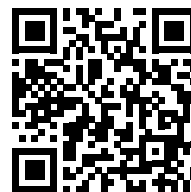
con la música y la luz. Todo forma parte de un mismo pulso inmersivo que envuelve al comensal sin distraerlo de la mesa.

Un espacio en constante movimiento

Nada aquí es estático: la carta evoluciona, la coctelería se renueva y las proyecciones cambian, asegurando que cada visita resulte distinta. Esa capacidad de adaptación ha consolidado al restaurante como un referente madrileño en tiempo récord, punto de encuentro para parejas, grupos de amigos y viajeros internacionales.

Bajo las estrellas de Madrid

Cuando el techo proyecta un cielo nocturno y la cena concluye, el nombre cobra sentido: quinto elemento. No es tierra, agua, aire ni fuego. Es la experiencia, ese elemento intangible que convierte una cena en recuerdo.





El Espigón Sabor andaluz en el corazón de Madrid

Textos: Redacción - Fotografía: El Espigón y archivo



Próximo al Paseo de la Castellana, en la arteria financiera y social de Madrid, se levanta desde hace casi tres décadas **El Espigón**, un restaurante que ha sabido conquistar a generaciones de comensales fieles. Detrás de este proyecto se encuentra la familia Cascajo Moro, con Ana y Carlos al frente, y el impulso renovador de su hijo, también Carlos, que ha dado continuidad a un modelo de éxito basado en la cocina honesta y en la excelencia del producto.

Tradición familiar y producto de origen

La filosofía de El Espigón se centra en una cocina de raíces andaluzas, sustentada en pescados y mariscos recién llegados de las lonjas del sur. La carta refleja esa fidelidad al origen y la búsqueda constante de calidad. Aquí no hay artificios: el protagonista es siempre el producto, tratado con mucho respeto y meticulosidad.

Espacios para cada ocasión

El restaurante ofrece distintos ambientes adaptados a todo tipo de encuentros. La animada barra, ideal para un aperitivo improvisado; los acogedores salones, perfectos para comidas familiares o de negocios; y los reservados, que permiten disfrutar de mayor intimidad.

Una versatilidad que convierte a El Espigón en destino recurrente tanto para quienes buscan una experiencia informal como para celebraciones más especiales.

Frituras y mariscos que saben al sur

El recorrido por su carta comienza casi siempre con las célebres frituras, bandera de la casa. Destacan los salmonetes de Motril, las puntillitas de Isla Cristina y los boquerones victorianos (Rincón de la Victoria - Málaga), pequeñas joyas de sabor que resumen la esencia marinera andaluza. A partir de ahí, se despliega un repertorio de mariscos fresquísimos: gambas blancas de Huelva, cañaillas de Isla Cristina o langostinos de Trasmallo, entre otros. Productos que trasladan al comensal directamente a la costa, con la frescura y el aroma del Atlántico y del Mediterráneo en cada bocado.

Fritura de boquerones victorianos



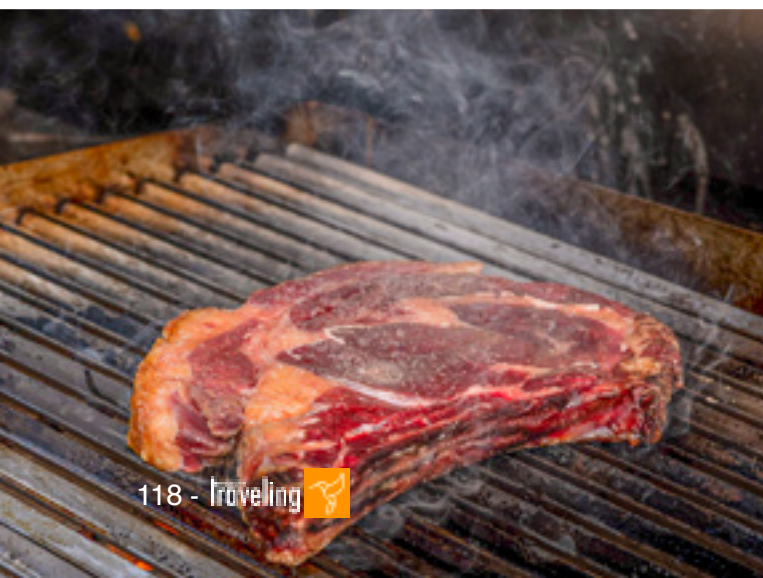
Marisco fresco traído a diario de las principales lonjas españolas

Vista parcial de una de las salas con aspecto muy marinero





Ana Moro y Carlos Cascajo



Rape a la plancha con verduras

Pescados, arroces y carnes

Los pescados varían en función de la temporada, siempre seleccionados en origen y preparados con sencillez para resaltar su sabor. A ellos se suman los arroces, otro de los emblemas del restaurante, elaborados con maestría y generosidad. Y, para quienes prefieren las carnes, la carta incluye cortes de primera calidad que completan una oferta amplia y equilibrada.

Dulces y hospitalidad sevillana

El colofón llega con el apartado de postres caseros, que apelan al lado más goloso del comensal. Tartas, flanes y propuestas tradicionales ponen el broche perfecto a una experiencia marcada por el sabor y la hospitalidad. Porque si algo distingue a El Espigón, además de su cocina, es el trato cercano y cordial de la familia Cascajo. Esa calidez andaluza convierte cada visita en algo más que una comida: en un reencuentro.

El Espigón es, en definitiva, un pedacito de Sevilla en la capital, un lugar que une tradición, producto y hospitalidad. Quien lo descubre, rara vez tarda en volver.

El Espigón





Show Cookings ■ Degustaciones Exclusivas ■ Concurso de tapas

Música en vivo



www.gastrolata.com

LA VUELTA AL COLE PUEDE ESPERAR UN POCO MÁS

CANARIAS DESDE

35€



iberiaexpress.com

IBERIA
EXPRESS 