

magazine traveling

REVISTA DE VIAJES Y GASTRONOMÍA

EDICIÓN ESPAÑA

Nº 77 Año 2026 Precio: 6,00 € - Canarias e internacional 8,00€



COSTA RICA
Pura Vida, Pacífico,
islas y naturaleza

INNSBRUCK
Montañas, palacios
y vida alpina

ORLANDO
Visitar sus parques
sin gritar

LEÓN
Entre reyes, vidrieras
y buen comer

GUADALAJARA
La ciudad que lo
tiene todo

EN PAPEL Y EN DIGITAL, UNA REVISTA DE AUTOR HECHA PARA TI

REFRÉSCATE EN LAS ISLAS CON ESTE DESCUENTO

CÓDIGO DESCUENTO

TRAVELING5



iberiaexpress.com



**IBERIA
EXPRESS** 

Condiciones: el presente código del 5% de descuento es válido para las rutas operadas por Iberia Express en las tarifas: Express, Classic, Classic Plus y Flex, reservando a través del Club Express en iberiaexpress.com. Para canjearlo, debes introducirlo en el proceso de pago, al finalizar la reserva. Podrá utilizarse desde el 01/01/2026 hasta el 31/12/2026, para volar desde el 01/01/2026 hasta el 31/12/2026 excepto del 06/02 al 23/02, del 20/03 al 28/03, del 01/04 al 02/04, del 05/04 al 07/04, del 30/04 al 04/05, del 14/05 al 15/05, del 17/05 al 18/05, del 19/06 al 14/09, del 08/10 al 10/10, del 12/10 al 13/10, del 29/10 al 03/11, del 06/11 al 10/11, del 03/12 al 05/12, del 08/12 al 09/12 y del 17/12 al 31/12. El descuento, que es acumulable con el del Club Express se aplica sobre la tarifa, excluyendo las tasas aeroportuarias. Las condiciones están sujetas a disponibilidad de plazas promocionales y de tarifa.

Bienvenido a bordo

Cada número de Traveling nace con la misma intención: contar destinos con criterio, sin prisas y con una mirada honesta sobre los lugares, su historia, su paisaje y su manera de vivir. En esta edición volvemos a reunir viajes, arquitectura, cultura y gastronomía con ese espíritu de revista de autor que nos acompaña desde el primer día.

Abrimos camino en el **Golfo de Nicoya**, en **Costa Rica**, donde el Pacífico muestra una cara más íntima, entre islas, luz y naturaleza. Después viajamos a **Orlando**, pero desde una perspectiva distinta: sin gritar, sin correr, disfrutando de sus parques a otro ritmo. La arquitectura nos acerca a la obra de **Jeanne Gang**, mientras **Innsbruck** nos recuerda la fuerza de las ciudades alpinas, siempre unidas a la montaña.

El viaje continúa por los **Antiguos Caminos de Italia**, aquellas rutas que durante siglos llevaron a Roma y que aún conservan pueblos, paisajes y memoria. En **Leipzig**, la música, el comercio y la cultura explican una ciudad con carácter propio. **León** aparece entre reyes, vidrieras y buen comer; **Guadalajara** reivindica su patrimonio; y **Mértola**, junto al Guadiana, propone una forma tranquila de mirar el Alentejo portugués. También recorreremos las Tierras de **Navia Porcia**, una Asturias hecha para viajar despacio; nos detenemos en **La Sagrada Familia**, uno de los grandes laboratorios vivos de la arquitectura europea; y visitamos **Lovaina**, donde la historia convive con el ambiente universitario.

La gastronomía vuelve a ocupar un lugar esencial. Viajamos a **Creta**, antigua despensa del Mediterráneo, y a **Armenia**, territorio clave en la historia del vino. La **Sal de Añana** nos habla de paisaje, oficio e historia. En restaurantes probados pasamos por Gran Reserva, en Briñas; Ruge, en la sierra de Guadarrama; y Origine, en Madrid.

Este número es una invitación a seguir viajando con atención, con curiosidad y con respeto por cada destino. En papel y en digital, una revista hecha para lectores que todavía disfrutan del viaje bien contado.

Gracias por acompañarnos. **El viaje comienza ahora.**



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

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.

CEO

Jose Antonio Muñoz
joseantonio@revistatraveling.com

DIRECTORA

Rosario Alonso
rosario@revistatraveling.com

PUBLICIDAD

Javier Martínez
javier@revistatraveling.com

MARKETING Y RR.SS

Emma Lázaro
emma@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

COLOMBIA:

Carlos Sanchez Urtiaga
carlos@revistatraveling.com

ARGENTINA:

Melany Pasquini
melany@revistatraveling.com

Colaboran

Diego Ruiz-Gil
diegorg45@hotmail.es

Manena Munar
manena.munar@gmail.com

Julián Sacristán
comunicacion@wfm.es

Clara Serrano Vega
claraserranovega@gmail.com

Helena Carazo Ruiz
helenacarazo@hotmail.es

Depósito Legal: M-1097-2018

ISSN: 2660-8146





06 VIAJES DE AUTOR
GOLFO DE NICOYA
El Pacífico más íntimo de Costa Rica

14 DISEÑO Y ARQUITECTURA
JEANNE GANG
Arquitectura para una ciudad en vuelo

20 VIAJES
ORLANDO SIN GRITAR
Disfrutar de sus parques a otro ritmo

32 VIAJES
INNSBRUCK
Montañas, palacios y vida alpina

40 VIAJES
ANTIGUOS CAMINOS DE ITALIA
Cuando todos los caminos iban a Roma

46 VIAJES
LEIPZIG
Cultura, comercio y música

50 VIAJES
LEÓN
Entre reyes, vidrieras y buen comer

56 TURISMO RURAL
TIERRAS DE NAVIA PORCÍA
La Asturias que invita a viajar sin prisa

62 ESCAPADAS
GUADALAJARA
La ciudad que lo tiene todo

68 ECO DESTINOS
MÉRTOLA
El Guadiana en voz baja

72 HISTORIA, ARTE Y CULTURA
LA SAGRADA FAMILIA
Laboratorio vivo de arquitectura

78 48 HORAS EN...
LOVAINA
La historia camina con mochila de estudiante



CONTENIDOS

Revista Traveling Nº77

Año 2026

LIFESTYLE CANILLO - ANDORRA Cuando la montaña se viste de verano	84
LUGARES PARA SOÑAR HOTEL CALA LUNA (Costa Rica) Lujo y calma serena a orillas del Pacífico	90
LUGARES PARA SOÑAR HOTEL CATALONIA DONOSTI Un hotel histórico y contemporáneo	94
LA VENTANA DE MANENA NORUEGA Bergen y los fiordos	98
traveling gourments	103
DESTINOS GASTRO CRETA Antigua despensa del Mediterráneo	104
ENOTURISMO ARMENIA Donde la humanidad domesticó la vid	108
PRODUCTOS GASTRO SAL DE AÑANA Paisaje de sal y de historia	114
REST. PROBADOS GRAN RESERVA Briñas - La Rioja	116
REST. PROBADOS RUGE Lajarosa - Guadarrama - Madrid	118
REST. PROBADOS ORIGINE Madrid	122



PORTADA

Colibrí en vuelo, Costa Rica
Foto de Archivo



PORTADA

Terraza en León con
la Catedral de fondo
© Ayto de León

Golfo de Nicoya

El Pacífico más íntimo de Costa Rica

Texto y fotografía: Jose A. Muñoz

El golfo de Nicoya es uno de los grandes paisajes marinos de Costa Rica. Desde Puntarenas, el Pacífico se adentra entre pueblos de pescadores, manglares e islas como Chira, Venado, Caballo, San Lucas o Tortuga. Sus aguas bañan Guanacaste y Puntarenas

El viaje empieza en Puntarenas y avanza por el Golfo de Nicoya hasta Isla Venado. Es una ruta de lanchas pequeñas, manglares, aves marinas, comunidades pesqueras y mesas sobre el agua. Una Costa Rica menos evidente, más ligada al mar y al ritmo de quienes viven junto a él. De día, el recorrido muestra islas, barcas y playas tranquilas. De noche, una cala oscura revela la bioluminiscencia: millones de destellos diminutos que aparecen bajo el agua con cada movimiento.

Desde Puntarenas, por el golfo de Nicoya

El viaje empieza en el embarcadero de La Penca en Puntarenas, donde Costa Rica cambia de ritmo. El Pacífico no se presenta aquí como una larga playa de surf, sino como un territorio de agua, color, barcas pequeñas y orillas desde las que se sale hacia el Golfo de Nicoya. Todo ocurre de una manera sencilla: una lancha junto a la orilla, unas sillas, un food truck, gente acomodándose poco a poco y otros cargando material en otra embarcación. Al fondo, el mar empieza a abrirse hacia las islas.

Desde la orilla partimos en la lancha de Don Mario, de Coco Tours, rumbo a una travesía por el golfo de Nicoya.



Desde el primer momento se intuye que este recorrido pertenece a una Costa Rica más natural. Allí se mezclan vecinos, mercancías y viajeros que llegan con curiosidad. Hay salitre, conversaciones breves antes de zarpar y esa sensación tan propia del golfo de que el día dependerá de la marea, del viento y de la luz.

La lancha se separa de tierra y la costa queda atrás despacio. El agua adquiere otra calma, más interior, casi de bahía. No estamos en el mar abierto, sino en un mundo de canales, islotes, manglares y pequeñas comunidades acostumbradas a vivir entre la tierra y el agua. El Golfo de Nicoya va apareciendo por partes: una orilla baja, una barca de pescadores, aves sobrevolando la superficie, una isla que empieza a dibujarse a lo lejos.

Aparecen entonces nombres conocidos en la geografía local: San Lucas, Chira, Caballo, Bejuco, Venado... Algunas islas tienen historia propia, como San Lucas, marcada durante décadas por su antiguo presidio; otras conservan una vida más sencilla, vinculada a la pesca, a los trayectos en lancha y a un turismo que todavía no ha borrado su carácter. En el golfo todo parece suceder a otra escala: casas dispersas, orillas bajas, motores que se oyen antes de ver las barcas y esa sensación de estar entrando en un paisaje que no necesita presentarse demasiado.

Isla Venado, vida de mar

Isla Venado es el centro de esta ruta. Está en el Golfo de Nicoya, frente a la península, cerca de otras islas como Bejuco y Caballo. No es grande ni famosa, pero tiene el tamaño justo para quedarse un par de días, hablar con la gente y entender cómo se vive en una isla así. Hay casas sencillas de madera donde alojarse y compartir durante un tiempo una vida marcada por el mar, las barcas, los manglares y el ritmo de una comunidad pequeña.

La vida en Isla Venado se entiende mirando las barcas. Están en la orilla, junto a las casas, cerca de las redes, de los motores, niños jugando o chapoteando en el agua y las conversaciones que empiezan casi siempre con el estado del mar. La pesca artesanal ha sido durante mucho tiempo la base de la economía local. El mar no es aquí un decorado para el viajero. Es trabajo, alimento, calendario y preocupación. Cada familia parece tener una relación directa con el agua, y eso cambia la manera de mirar el paisaje.

La isla tiene esa mezcla de dureza y belleza que suelen tener los lugares pequeños. No hay excesos. Hay caminos de tierra, casas sencillas, calor, sombra buscada y un ritmo que no se parece al de los destinos más turísticos del país.



Casas de alquiler, Isla Venado



Barcas y casas de madera en Isla Venado



Caminos de tierra, las carreteras de Isla Venado



Buseta para recorrer Isla Venado

Viajamos en mayo, justo cuando la temporada de lluvias estaba a punto de empezar, aunque todavía no había descargado con fuerza. Aun así, la vegetación ya tenía mucha presencia. No era una selva cerrada ni un verde desbordado, sino un paisaje de bosque tropical seco, con árboles resistentes, manchas de manglar y una naturaleza sobria, pero muy visible en todo el recorrido.

En un tour por la isla, subidos en una vieja buseta, se percibe enseguida esa relación directa con el entorno. Hay sombra irregular, caminos de tierra, sonidos de aves y, de cuando en cuando, una abertura hacia la costa. Los manglares, por su parte, parecen otro mundo. Sus raíces se hunden en el agua y sostienen una vida que casi siempre pasa desapercibida: peces pequeños, cangrejos, aves que descansan y esa línea frágil donde la tierra y el mar se mezclan.

Seguimos navegando. La lancha fue bordeando islotes y pequeñas formaciones de roca donde el viaje adquirió un aire de observatorio natural, aunque sin necesidad de ponerse solemnes. En el cielo aparecían fragatas, esas aves negras de alas largas que planean casi sin esfuerzo.

Garza bueyera





Garza real - foto inferior Puente del amor en Isla Venado





Frente a Isla Venado, el restaurante flotante resume bien la vida del golfo: mesas sobre el agua, pescado recién preparado y pequeñas piscinas de acuicultura donde crecen robalos y otras especies. Todo sucede sin prisa, con la lancha amarrada a un lado y el Pacífico marcando el ritmo



- 1.- Interior del restaurante flotante
- 2.- Zamburiñas con vinagreta
- 3.- Fuente varida de pescados
- 4.- Vista exterior del restaurante

Cerca del agua podían verse pelícanos pardos, pesados en apariencia, pero muy precisos cuando se dejan caer sobre el mar. También garzas, garcetas blancas, cormoranes y algún martín pescador, rápido, nervioso, como una línea de color sobre el agua. En las zonas de manglar no es raro ver otras aves buscando alimento en el fango. El golfo está lleno de escenas pequeñas, y buena parte del viaje consiste en ir encontrándolas.

La siguiente parada fue una de las más singulares del recorrido: el restaurante flotante de Isla Venado, conocido como Proyecto Camarón. No es un restaurante al uso, ni falta que le hace. Está sobre el agua y ligado a una cooperativa local que ha buscado en la acuicultura y el turismo una forma de diversificar la economía de la isla. Al llegar, el lugar tiene algo de plataforma de trabajo, con sus piscinas y estructuras flotantes, y algo de comedor familiar suspendido sobre el golfo. Se escuchan voces, el golpe suave de las lanchas y el rumor del agua bajo las tablas.

Junto al restaurante se encuentran las zonas de cultivo, con estructuras donde se crían camarones y peces. El robalo es uno de los nombres que aparece enseguida en la conversación, pero también se habla de otros pescados habituales de la cocina costera, como la corvina o el pargo. La visita ayuda a entender que detrás de un plato de pescado hay más que una receta: hay mareas, cuidados, limpieza, cocina y una economía familiar que depende de que todo funcione.

Comimos pescado, claro. En un lugar así habría sido raro pedir otra cosa. Pescado fresco, camarones, arroz, patacones (plátano macho frito), ensalada, salsas sencillas.



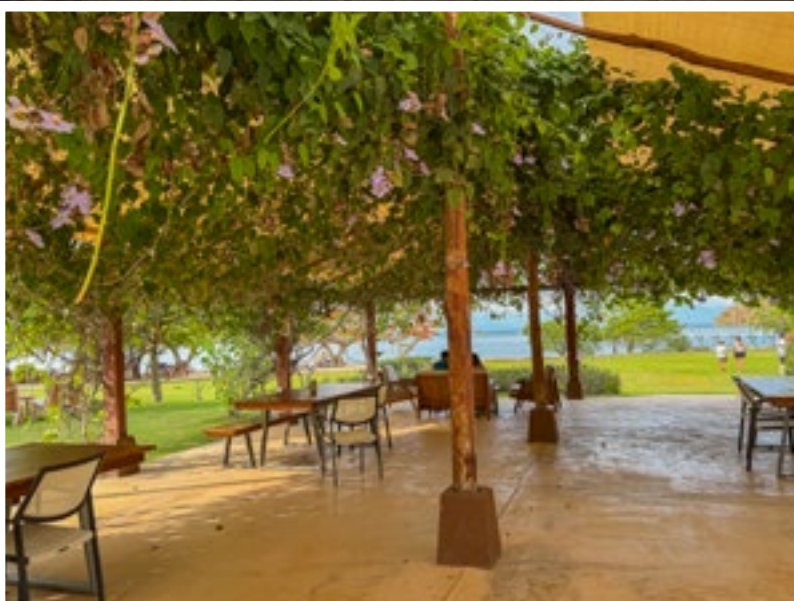


Atardecer en Playa Naranjo Hotel O' Pacífico

Nada demasiado sofisticado, y precisamente por eso memorable. Comer sobre el agua tiene algo especial. Uno mira el plato, observa la variedad de pescado y marisco, levanta la vista y entiende mejor dónde está: el agua alrededor, las barcas, los viveros, las aves y la gente que sostiene el proyecto a pocos metros. Todo forma parte de la comida, aunque no esté dentro del plato.

Playa Naranjo, la pausa del viaje

Después de comer volvimos a la lancha con esa modorra agradable que dejan el sol, el pescado y el aire de mar. Seguimos hasta Playa Naranjo, ya en la península, donde nos esperaba **O'Pacífico Hotel Boutique**, un hotel pequeño, cuidado y de trato cercano. No tiene la grandilocuencia de los grandes resorts, ni la necesita. Su encanto está en otra escala. El hotel tiene un aire familiar y cuidado, pero con un punto chic, sin perder naturalidad. Hay tumbonas junto a la piscina, hamacas en la zona de arena y espacios cómodos para descansar, bañarse, leer un rato o simplemente mirar el mar. También se puede practicar padel surf y kayak en aguas bastante calmadas. Susana, la propietaria, conoce muy bien este deporte y ofrece clases y salidas para quienes quieren probarlo con total seguridad. Al final, entre la piscina, la arena, el mar y la puesta de sol, el hotel funciona como una buena pausa dentro del viaje.

Entre sombra vegetal, mesas al aire libre y playa en O'Pacífico Hotel Boutique
Hamacas bajo los árboles en la playa

La puesta de sol fue magnífica, como suelen serlo en esta costa cuando el cielo se abre. El sol bajó lentamente, tiñendo el golfo de naranjas, cobres y violetas. Las siluetas de las suaves montañas quedaron recortadas al fondo. No hacía falta decir demasiado. Hay momentos que se entienden mejor cuando uno deja de buscarles una frase.

Y todavía faltaba la noche.

La última excursión nos llevó a una pequeña cala para ver la bioluminiscencia. Salimos cuando estaba oscureciendo, con esa sensación un poco infantil de ir en busca de un secreto. La explicación científica es sencilla: ciertos microorganismos marinos llamados dinoflagelados, emiten luz cuando el agua se mueve, algo parecido a lo que ocurre con las luciérnagas, aunque aquí todo sucede a una escala infinitamente más pequeña. La teoría se entiende rápido; lo difícil es explicar lo que se siente cuando el agua empieza a iluminarse alrededor.

La lancha nos dejó en la orilla. Esperamos a que cayese la noche y, poco a poco, empezamos a ver cómo cada movimiento levantaba una estela luminosa bajo el agua. Al mover las manos, el

mar respondía con luces fugaces. No eran grandes fogonazos, sino puntos vivos, breves, delicados. Como millones de pequeños leds naturales. Como brillantina metida en el mar. Intentamos tomar fotos de las partículas luminiscentes pero no fue posible.

La sorpresa llegó cuando pasó junto a nosotros un banco de peces pequeños. Durante unos segundos pudimos distinguir sus formas iluminadas bajo el agua y las estelas que dejaban al moverse. Fue una imagen extraña y preciosa, de esas que cuesta explicar sin que parezcan exageradas. La bioluminiscencia tiene algo de prodigio humilde y también de magia: no necesita escenario, ni música, ni palabras solemnes. Basta la oscuridad, el agua quieta y el gesto mínimo de una mano.

Pensé entonces que este viaje no se parecía al Costa Rica más repetido. No era la postal de volcanes, cataratas, selva exuberante o animales exóticos, aunque todo eso exista y merezca su fama.

Era otra imagen del país, más singular, más marina, más callada. Una región de islas pequeñas, pescadores, manglares, aves, restaurantes flotantes, hoteles discretos y noches en las que el agua se enciende si uno la toca con cuidado. Volvimos tarde, con sal en la piel y esa felicidad tranquila que a veces solo se entiende después. La “pura vida”, tantas veces convertida en eslogan, allí recuperaba su

Navegando hacia la luminiscencia



sentido más sencillo. No era una frase para vender camisetas. Era una forma de estar: comer lo que da el mar, mirar el cielo sin prisa, navegar entre islas, escuchar a quienes viven allí y aceptar que la belleza no siempre se encuentra en los lugares más famosos.

A veces aparece en una isla pequeña del Golfo, en una mesa suspendida sobre el agua, en una garza quieta sobre el manglar o en ese puñado de luz que, de noche, se enciende al mover la mano bajo el agua. Hay imágenes que no caben en una fotografía. La cámara puede guardar el instante, pero no siempre alcanza a recoger toda la gama cromática, el silencio, el ambiente o ese segundo que se escapa mientras encuadras, miras y disparas. Por eso, cuando uno llega a un lugar así conviene dejar el móvil a un lado durante un rato y mirar de verdad. Algunos momentos no se repiten, y quizá solo se conservan de verdad cuando uno los mira sin prisa.



Embarcadero y muelle del O'Pacífico Hotel

Apuntes para el viaje

Cómo llegar

Costa Rica tiene vuelos directos desde Europa al aeropuerto internacional Juan Santamaría, en San José. Desde España, Iberia opera la ruta directa Madrid-San José; cuenta con 6 vuelos semanales y una duración aproximada de 11 h 35 min. Iberia comercializa la ruta desde Madrid y Lufthansa mantiene una conexión directa desde Fráncfort con 3 vuelos semanales, los martes, jueves y sábados.

Dónde dormir

Para este viaje conviene mirar más allá de Puntarenas ciudad, donde la oferta hotelera cuidada es limitada. En Playa Naranjo, al otro lado del golfo, **O'Pacífico Hotel Boutique** es la opción más recomendable: un pequeño hotel frente al mar, tranquilo, con piscina, restaurante y un ambiente muy adecuado para hacer la ruta por el golfo de Nicoya.

En la zona continental de Puntarenas, una alternativa de mayor capacidad es **Fiesta Resort Central Pacífico**, en El Roble, un complejo todo

incluido frente al Pacífico, más pensado para familias, grupos o viajeros que busquen servicios amplios.

Para una experiencia más local, en Isla Venado hay casas de madera para alquilar y pasar unos días como un lugareño más

Dónde comer

En Puntarenas, **Coco's Bar & Grill** es una dirección conocida para cocinar marinera antes o después de salir hacia el golfo. En Isla Venado, el **Restaurante Flotante Isla Venado** ofrece la experiencia más singular, con productos del golfo y piscinas de acuicultura. En Playa Naranjo, **La Cangreja**, el restaurante de O'Pacífico Hotel Boutique, completa bien la ruta por esta orilla de la península.

Clima. Costa Rica tiene un clima tropical y conviene viajar preparado para cambios climáticos rápidos. La estación seca suele ir de diciembre a abril, mientras que de mayo a noviembre llegan más lluvias, aunque muchas veces caen en forma de aguaceros

intensos por la tarde. En el Pacífico y el golfo de Nicoya predominan el calor, la humedad y los días luminosos.

Moneda. La moneda oficial es el colón costarricense. En hoteles, excursiones y zonas turísticas se aceptan con frecuencia dólares estadounidenses, euros y las tarjetas de crédito están bastante extendidas,

Qué llevar. Ropa ligera y transpirable, bañador, sandalias, calzado cerrado cómodo, gorra o sombrero, gafas de sol, protector solar, repelente y una chaqueta impermeable fina, sobre todo en temporada verde. Para las salidas en lancha, conviene llevar una bolsa estanca para proteger cámara y teléfono.

esencial
**COSTA
RICA**



Puntarenas



Jeanne Gang

Arquitectura para una ciudad en vuelo

Texto: Larissa Rolley - LarissaRolley@outlook.com

Fotografía: Larissa Rolley y Studio Jeanne Gang

Edificio-Aqua Chicago © Larissa Rolley



Un pájaro parece detenerse frente a **Aqua**, el rascacielos de balcones ondulantes que Jeanne Gang levantó en Chicago. Otro cruza junto a la fachada. Un tercero desaparece detrás de la torre. No son aves reales, sino dibujos suspendidos sobre paneles de vidrio en **Flyway City**, la exposición del Chicago Architecture Center dedicada a la relación entre arquitectura, migración y vida urbana. La imagen plantea una pregunta sencilla y poco habitual: ¿qué pasaría si los edificios también se pensarán desde el punto de vista de las aves?

Ese es el punto de partida de una muestra que puede verse en Chicago hasta enero de 2027 y que sirve como una buena introducción al universo de Jeanne Gang. Fundadora de Studio Gang en 1997, la arquitecta ha construido una obra reconocible por su atención al lugar, al clima, al agua, a la luz y a la vida pública. En 2011 recibió la MacArthur Fellowship y, en Chicago, ha dejado dos edificios ya esenciales para la ciudad contemporánea: **Aqua** y el **St. Regis Chicago**.

Sin embargo, Flyway City muestra una faceta menos evidente de su trabajo. Gang observa aves desde hace años. Ha contado que suele correr por la orilla del lago Michigan con prismáticos y que también las busca cuando viaja. No parece una afición separada de su oficio. En su caso, mirar aves y hacer arquitectura parten de una misma actitud: prestar atención a cómo se mueve la vida, cómo ocupa un lugar y qué obstáculos encuentra.

Cada primavera y cada otoño, miles de millones de aves cruzan continentes siguiendo rutas migratorias. Chicago se encuentra en la ruta del Mississippi, uno de los grandes corredores de Norteamérica. En Europa, la ruta del Atlántico Oriental enlaza el norte del continente con África a través de costas, ríos y humedales. Las aves no conocen fronteras administrativas ni entienden la ciudad como la entendemos nosotros. Siguen el agua, el clima, el alimento y los ciclos de la estación. Las ciudades, simplemente, se cruzan en su viaje.

Jeanne Gang explicando las rutas de las aves





Edificio Aqua Chicago @Larissa Rolley

Esa mirada ayuda a entender Aqua. Inaugurado en 2009 cerca del río Chicago, el edificio llama la atención entre las torres rectilíneas del centro. Sus balcones avanzan y retroceden de forma irregular, como si la fachada hubiera sido modelada por el agua o por el desgaste lento de la piedra. Desde lejos impresiona por su silueta. De cerca sucede algo más interesante: las sombras rompen la superficie de vidrio, los reflejos se fragmentan y la torre deja de ser una pantalla continua.

Durante décadas, el vidrio ha sido uno de los símbolos de la arquitectura moderna. Es ligero, brillante, limpio, casi inmaterial. Pero también engaña. Para muchas aves, una fachada reflectante puede parecer cielo, árboles o agua. Lo que nosotros vemos como transparencia o elegancia puede convertirse para ellas en una barrera invisible. El problema no está solo en las plantas altas. A menudo se concentra cerca del suelo, donde los reflejos de vegetación y zonas húmedas atraen a los pájaros que bajan a descansar o alimentarse.

Gang no responde a esa cuestión rechazando el vidrio, sino preguntándose cómo usarlo mejor. En Aqua, las barandillas incorporan elementos verticales que hacen más legible la fachada. En otros proyectos, Studio Gang utiliza patrones grabados, fritas cerámicas o marcas sutiles sobre el cristal. Para el visitante casi pasan desapercibidos; para un ave pueden ser la diferencia entre leer una superficie sólida o lanzarse contra ella.

La idea es importante precisamente porque no necesita grandes gestos. A veces basta un dibujo en el vidrio, una trama visible, un material más cálido o una decisión tomada al comienzo del proyecto. La arquitectura también cambia cuando incorpora problemas concretos y los resuelve con cuidado.

Women's Leadership Center

Vista St Regis Chicago © Larissa Rolley ►







- 1.- Chicago Architecture Center © Larissa Rolley
- 2.- Jeanne Gang en la presentación © Larissa Rolley
- 3.- Jeanne Gang's Aqua Tower in Chicago © Steve Hall, courtesy of Studio Gang





David Rubenstein Treehouse at Harvard University



John W. Boyer Center, la sede académica y de investigación de la University of Chicago en París

Esa sensibilidad se repite en otros trabajos del estudio. En el **Women's Leadership Center**, junto al lago Geneva, las terrazas y jardines suavizan el límite entre edificio y paisaje. En el **David Rubenstein Treehouse de Harvard**, el vidrio adaptado para las aves convive con espacios de encuentro y vistas hacia las copas de los árboles. La arquitectura busca relación, no solo presencia.

La misma conversación aparece en Europa. En París, el John W. Boyer Center de la Universidad de Chicago emplea materiales cálidos y lamas verticales para integrarse en su barrio. En Ámsterdam, Q Residences combina vivienda, jardines y espacio público. Y en Londres, los proyectos de Studio Gang siguen trabajando sobre asuntos parecidos: cómo construir en ciudades densas sin olvidar el entorno, la luz, el agua y la vida que ocurre alrededor.

De vuelta en el Chicago Architecture Center, las rutas migratorias aparecen sobre un mapa iluminado. Líneas de colores bajan desde Canadá hacia Sudamérica y pasan cerca de Chicago antes de seguir viaje. La exposición nace de una realidad local, pero habla de un problema mucho más amplio. Las aves atraviesan continentes. El vidrio sigue siendo uno de los materiales centrales de la arquitectura contemporánea. Y las soluciones, si se piensan a tiempo, pueden ser mucho más sencillas de lo que parece.

Flyway City no convierte a Jeanne Gang en una arquitecta de consignas. Más bien recuerda algo elemental: construir implica afectar a otros. A quienes viven en un edificio, a quienes caminan junto a él y también a especies que apenas tenemos en cuenta. Gang vio un problema, lo tomó en serio y empezó a diseñar de otra manera. Tal vez ahí esté la verdadera fuerza de su trabajo: en mirar la ciudad desde un ángulo menos cómodo y descubrir que también desde ahí puede nacer buena arquitectura.

Jeanne Gang, City Hyde Park.





Orlando sin gritar

Los parques de atracciones también pueden disfrutarse a otro ritmo: paseando, mirando, comiendo, entrando en espectáculos, descubriendo escenarios y eligiendo bien las atracciones. No todo en Orlando exige vértigo, adrenalina y un corazón disparado.

Texto y fotografía: Jose A. Muñoz

Castillo de Disney; icono de Magic Kingdom

Orlando tiene un problema de fama. Basta decir que uno va a pasar unos días allí para que alguien pregunte, casi siempre con una sonrisa peligrosa: “¿Y te vas a subir en todo?”. Como si el viaje entero consistiera en demostrar valor delante de una estructura de acero. Yo lo tengo bastante claro: no por pagar una entrada, hacer una cola y salir con el alma en la nuca, uno es mas feliz.

Orlando también se puede disfrutar de otra manera. Con los pies en el suelo, los ojos bien abiertos y el estómago en su sitio. Sin atracciones que te lancen, te sacudan o te obliguen a preguntarte si tras la atracción todos los órganos se recolocarán. Hay otro Orlando dentro de la ciudad y de los parques: la de los paseos, los decorados, las luces, las tiendas, los restaurantes, los espectáculos, los acuarios y esas calles inventadas con tanta precisión que uno acaba creyéndose que realmente son reales.

Este viaje se mueve por tres grandes escenarios: ICON Park, Walt Disney World Resort y Universal Orlando Resort. Tres mundos muy distintos. ICON Park es el más sencillo, urbano y manejable. Disney es enorme, casi ceremonial, con esa capacidad para convertir la nostalgia en industria. Universal, por su parte, es el gran territorio del cine, con Harry Potter como una de sus joyas más brillantes y, para muchos, la verdadera razón para cruzar sus puertas.

ICON Park, Orlando en versión amable

ICON Park es una bendición para quien quiere vivir Orlando sin entrar de lleno en la maquinaria de un parque temático. Está en International Drive, una de esas avenidas donde uno puede pasar horas entre restaurantes, tiendas, luces y atracciones sin darse apenas cuenta del tiempo.

Su gran ventaja es que no exige una jornada maratoniana, es realmente un lugar recogido. No hace falta estudiar mapas durante dos noches ni caminar kilómetros bajo

el sol de Florida para justificar la visita. ICON Park funciona a otra escala. Es un espacio abierto, fácil, con restaurantes, tiendas y atracciones que se pueden disfrutar sin la sensación de estar atrapado en una carrera contra el reloj.

La imagen más reconocible del conjunto es The Orlando Eye, una gran noria panorámica de unos 122 m. de altura. Dicho así puede sonar a amenaza para quienes miramos los balcones altos con respeto, pero la experiencia no tiene nada que ver con una atracción de susto. Es lenta, cerrada, amplia y muy fotogénica. No cae, no gira como una lavadora ni te pide que grites para parecer integrado. Sube despacio, enseña Orlando desde arriba y vuelve a bajar con la educación de las cosas bien diseñadas.

Para los que las alturas nos producen respeto y las norias las vemos como un enemigo, aunque sean tan amables y tranquilas como un paseo en barca, podemos disfrutar de un mini golf muy singular indoor, con su aire acondiciona-



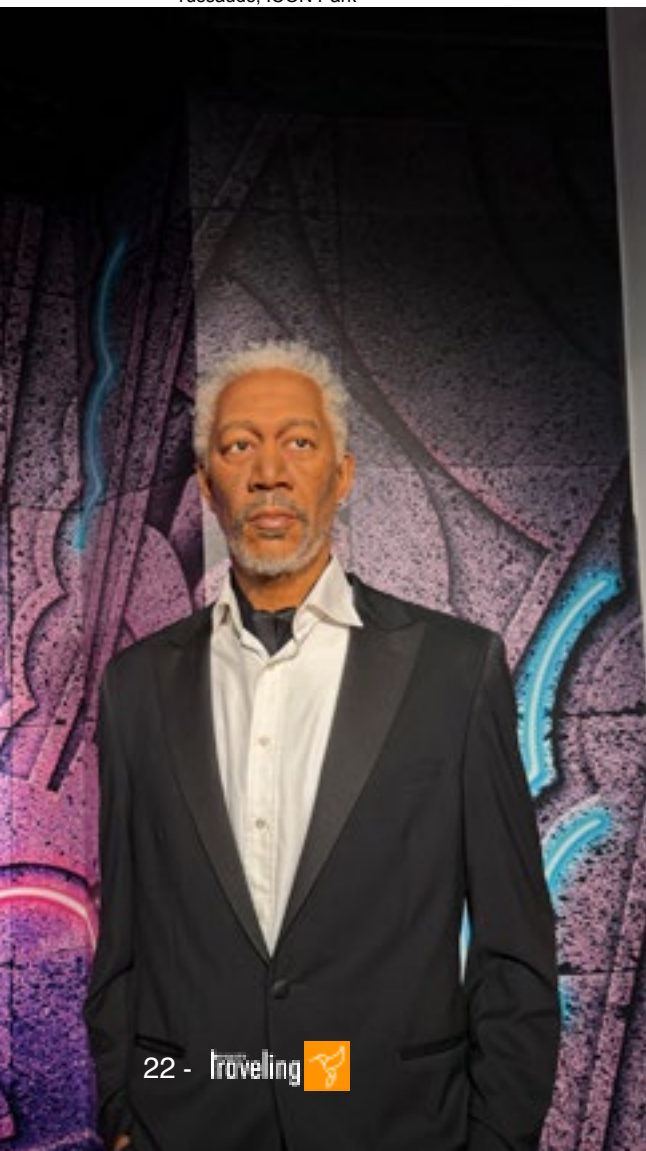
The Orlando Eye

PARQUES DE ORLANDO

do y neón por todas partes. Para mí, ICON Park funciona mejor al caer la tarde. La luz baja, el calor afloja y todo adquiere ese aire de postal luminosa que Orlando maneja tan bien. Uno además de subir a la noria, hacerse fotos con figuras de cera en Madame Tussauds, entrar en SEA LIFE Orlando Aquarium o pasar un rato en el Museum of Illusions, donde las salas, las perspectivas y las trampas visuales juegan contigo sin necesidad de ponerte en peligro. Es una forma cómoda de entrar en el ambiente de Orlando sin entregarse al agotamiento.

Y luego está lo más sencillo, que a veces es lo mejor: caminar. Comer algo. Sentarse. Mirar a la gente pasar con vasos enormes, camisetas imposibles y esa felicidad práctica del turista que no tiene prisa. ICON Park tiene el encanto de un parque sin ser realmente un gran parque. Sirve para empezar el viaje, para terminarlo o para pasar una tarde más ligera fuera de los grandes parques. Es Orlando en versión digerible. Una tarde allí puede ser más agradable que un día entero dedicado a demostrar que uno todavía tiene edad para ciertas heroicidades.

Morgan Freeman en el Museo de Madame Tussauds, ICON Park



Minigolf temático, ICON Park

Acuario, ICON Park



Disney, sin necesidad de correr

Walt Disney World Resort juega en otra liga. Es tan grande que conviene recordarlo desde el principio: no hablamos de un parque, sino de un complejo con cuatro parques temáticos principales: **Magic Kingdom, EPCOT, Disney's Hollywood Studios y Disney's Animal Kingdom**. La tentación es querer verlo todo, subir a todo y fotografiarlo todo. 'Error'. Ese es el camino más rápido para convertir Disney en una pesadilla.

Disney se disfruta mejor cuando uno acepta que no está allí para completar una lista, sino para dejarse llevar. Para adultos que no buscamos la adrenalina, EPCOT es quizá el parque más agradecido. Tiene un aire de exposición universal, algo de paseo internacional y algo de fantasía ordenada. **El World Showcase** permite caminar por pabellones inspirados en distintos países, comer, comprar y hacer una especie de vuelta al mundo sin maleta. No es un parque para correr; es un parque para pasear.

En EPCOT está **Remy's Ratatouille Adventure**, se encuentra dentro del pabellón de Francia. Es una atracción familiar, visual, simpática, con ese punto de cocina enloquecida que funciona bien para adultos que quieren algo divertido sin entrar en territorio de infarto. No hace falta salir con las piernas temblando para disfrutar de una atracción.



Zona del Reino Unido en World Showcase, Epcot Park.
Decoración: Peter Pan y el Capitán Garfio

Pabellón de China en el parque Epcot





Detalle exterior de la esfera de Spaceship Earth

También merece la pena **Spaceship Earth**, dentro de la gran esfera del parque. Es un viaje tranquilo por la historia de la comunicación, desde los primeros signos hasta la era digital. Tiene ese encanto de las atracciones que no necesitan asustar para dejar huella. **Living with the Land**, por su parte, es un paseo en barca por invernaderos y espacios agrícolas, una rareza deliciosa en medio de tanto estímulo. Uno va sentado, mira, aprende un poco y agradece que nadie haya decidido añadir una caída final “para mejorar la experiencia”.

Gran Fiesta **Tour Starring The Three Caballeros**, en el pabellón de México, es otra opción de bajo voltaje: barquita, música, color y cero necesidad de hacerse el valiente. **The Seas with Nemo & Friends**, Journey of Water inspirado en Moana y los espectáculos de temporada completan ese Disney más amable, más adulto y más tranquilo de lo que mucha gente imagina.

¿**Magic Kingdom**? Por supuesto. Pero con cabeza. No hace falta empezar por **Space Mountain** ni mirar al grupo con cara de “*yo puedo con todo*”. Se puede entrar por Main Street, ver el castillo, subirse a **Pirates of the Caribbean**, **Haunted Mansion** o “**it’s a small world**”, comer algo y esperar los fuegos artificiales. Magic Kingdom tiene más emoción que adrenalina. Y esa emoción, aunque uno llegue con ironía preventiva, acaba funcionando.

Desfile diario en Main Street





Icono de entrada a Universal Orlando Resort, no es atracción

Disney's Hollywood Studios es más intenso, pero también se disfruta por sus escenarios, por el ambiente y por Star Wars: Galaxy's Edge. Caminar por Batuu ya forma parte del espectáculo, incluso antes de decidir si uno quiere subirse a algo. En **Disney's Animal Kingdom**, Kilimanjaro Safaris y los recorridos visuales del parque permiten una visita más pausada, con vegetación, animales y una escenografía naturalista muy lograda.

La clave en Disney es sencilla: no dejarse arrastrar. Se puede ser adulto, prudente y feliz. Incluso se puede sostener una bebida fría mientras otros hacen cola para algo que se llama "cosmic" o "expedition" y que, sinceramente, ya suena a mala idea.

Universal, donde el cine manda

Universal Orlando Resort merece más tiempo porque cambia por completo el tono del viaje. Si Disney apela a la infancia, Universal apela al cine, a la aventura y a esa parte de nosotros que todavía quiere entrar en una película, aunque luego no tenga ningún interés en subirse a ella.

El complejo ofrece varios parques y zonas de ocio, pero aquí importan sobre todo Universal Studios Florida e Islands of Adventure, los dos grandes escenarios donde cobra vida The Wizarding World of Harry Potter.

Universal Studios Florida es un parque muy agradecido para quien disfruta tanto del ambiente como de las atracciones. Tiene calles, fachadas, música, personajes, tiendas y una sensación constante de estar en un rodaje. Aquí el paseo ya cuenta. No todo tiene que terminar en un arnés.

La zona que no hay que perderse es **Diagon Alley**. Y sí, merece ese tono rotundo. Uno llega casi sin darse cuenta, como si atravesara una rendija entre el mundo real y el mundo mágico. De pronto aparecen el callejón, las tiendas, los letreros, el banco Gringotts y el dragón sobre el tejado. Es uno de esos lugares donde el decorado deja de parecer decorado porque todo está pensado con detalle. Los escaparates, los rótulos, los pasajes, la luz, las sombras. Incluso quien no sea fanático de Harry Potter entiende que ahí hay cierta magia en el entorno.

PARQUES DE ORLANDO

Lo mejor de Diagon Alley o “Callejón Diagon” es que no depende solo de una atracción. Se puede pasear, mirar escaparates, entrar en Knockturn Alley, comprar una varita, ver pequeños espectáculos, tomar un helado en Florean Fortescue’s Ice-Cream Parlour o sentarse en Leaky Cauldron con una cerveza en la mano, esa taberna que muchos llamaríamos sin problema “la cantina”, porque tiene ese aire oscuro, cálido y teatral donde uno espera que cualquier camarero le hable como si conociera algún secreto familiar.

La gran atracción del callejón es Harry Potter and the Escape from Gringotts. Tiene movimiento, pantallas, efectos y una puesta en escena muy potente. No es una montaña rusa extrema, pero tampoco es un paseo inocente en barca. Está en esa zona intermedia donde cada viajero debe conocerse bien. Si los simuladores y los movimientos bruscos te incomodan, puedes quedarte perfectamente con el banco, el dragón, las tiendas y el callejón. Nadie debería sentirse obligado a entrar. Diagon Alley se disfruta muchísimo incluso sin cruzar esa maldita puerta.

El **Hogwarts Express** es otra experiencia muy recomendable, siempre que se tenga entrada válida para moverse entre parques. Conecta **King’s Cross**, en



Callejón Diagon y tienda del mundo mágico

Vista de la montaña rusa junto al pueblo de Hogsmeade





El tren de Hogwarts y el andén 9 y 3/4 una recreación que además nos lleva de un parque al otro en un viaje mágico

Castillo de Hogwarts; zona de la atracción Harry Potter and the Forbidden Journey



Universal Studios Florida, con **Hogsmeade**, en Islands of Adventure. Es una atracción tranquila, más narrativa que frenética, ideal para vivir el universo de Harry Potter sin salir despeinado ni con necesidad de sentarse a reconsiderar la vida.

En Islands of Adventure espera Hogsmeade, con el castillo de Hogwarts (aunque actualmente está en de reforma) el propio castillo merece la visita. Incluso quienes no son seguidores de la saga disfrutan recorriendo sus pasillos, observando los retratos parlantes o entrando en el despacho de Dumbledore. En su interior se encuentra Harry Potter and the Forbidden Journey, una de las atracciones más populares de Universal, una experiencia que combina simulación y efectos especiales para hacer creer al visitante que vuela sobre el mundo mágico." No es una montaña rusa, pero sí tiene movimientos intensos, inclinaciones y cierta sensación de vuelo. Si no te gustan los simuladores fuertes o te mareas con facilidad, conviene pensárselo. Aquí hay atracciones fuertes, desde luego, y algunas conviene dejarlas a los amantes de la adrenalina como las motos de Hagrid. Pero Hogsmeade también se puede recorrer sin prisa: tiendas, fachadas nevadas, cerveza de mantequilla, fotos, ambiente y esa sensación de estar dentro de una maqueta gigantesca hecha con mucho dinero y bastante cariño.

PARQUES DE ORLANDO

Fuera del mundo Harry Potter, Universal también tiene opciones muy válidas para adultos sensatos. **Los Simpson y E.T. Adventure** conserva el encanto de las atracciones clásicas: un viaje nostálgico, suave, casi de otra época del parque. The Bourne Stuntacular es una alternativa perfecta para quienes quieren acción sin poner el cuerpo en manos de una máquina. Hay especialistas, pantallas, efectos escénicos y ritmo de cine. Universal Orlando's Horror Make-Up Show también merece una parada: humor, trucos, maquillaje, terror de estudio y ese placer antiguo de ver cómo se fabrica una ilusión.

También hay que saber decir no. Revenge of the Mummy, Hollywood Rip Ride Rockit, Hagrid's Magical Creatures Motorbike Adventure o VelociCoaster pueden ser atracciones espectaculares para quien busca ese tipo de emociones. Pero no son necesarias para disfrutar Universal. Nadie debería arruinarse la mañana por orgullo. Hay una alegría adulta y sensata en mirar una montaña rusa, admirar su ingeniería y regresar tranquilamente a una tienda con aire acondicionado. Es realmente maravilloso ver el colorido y la arquitectura de ciertas atracciones son un espectáculo en sí mismos, aunque confieso que también tiene su gracia observar las caras de quienes regresan. Unos vuelven sonriendo de oreja a oreja; otros parecen estar negociando la paz con su estómago.



Entrada de la atracción de Los Simpson en Universal Studios

Universal Studios Atracción del Regreso de la Momia





Traslados en barco, teleférico o monorraíl para ir de un parque a otro

Pequeño manual para no sufrir

La primera norma es dejar de sentirse culpable. No te gustan las atracciones fuertes y punto. Hay quien no come ostras, quien no bebe vino tinto y quien considera que cualquier máquina diseñada para lanzarte por los aires merece cierta desconfianza. Orlando también está lleno de viajeros así. Y lo mejor es que el parque sigue siendo igual de divertido cuando uno decide mantener los pies, o al menos la dignidad, más o menos cerca del suelo.

La segunda es mirar bien cada atracción antes de entrar. En Orlando todo suele estar bastante explicado: altura mínima, intensidad, movimientos, advertencias. Si una atracción menciona giros bruscos, simulación intensa, caída o alta velocidad, probablemente no está hablando tu idioma.

La tercera es organizar los parques como una experiencia, no como una lista. En ICON Park, una tarde basta para disfrutarlo bien. En Disney, EPCOT puede ser el me-

jor aliado para adultos tranquilos. En Universal, Diagon Alley y Hogsmeade justifican el viaje incluso sin subir a lo más fuerte.

La cuarta es recordar que comer, descansar y moverse sin prisa también forma parte del viaje. Un paseo en monorraíl, en teleférico o en barco para ir de un parque a otro, unas fotos divertidas en Madame Tussauds o una vista lenta desde The Orlando Eye, en ICON Park, pueden contar tanto como una atracción famosa. A veces, lo mejor de Orlando sucede precisamente entre una cosa y otra, cuando uno deja de correr y empieza a mirar.

Orlando no es solo para los amantes de la adrenalina. También es para curiosos, para paseantes, para adultos que se emocionan con un decorado bien hecho y para quienes prefieren salir de un parque con buen humor antes que con las cervicales negociando la rendición. Al final, el viaje perfecto no es el que más gritos acumula, sino el que uno recuerda con una sonrisa. Y en Orlando, aunque no te subas a casi nada, sonreír resulta bastante fácil.



Apuntes para el viaje

Para viajar a Estados Unidos es necesario llevar preparada la autorización ESTA, válida para estancias turísticas de hasta 90 días dentro del Visa Waiver Program. Aun así, la llegada a Orlando puede resultar mucho más sencilla de lo esperado: controles ágiles, recogida de equipaje ordenada y señalización clara. En el aeropuerto, los carteles están en inglés y en español, y es habitual encontrar personal que atiende en español, algo que facilita mucho el primer contacto con el destino.

Cómo llegar

La ruta directa Madrid-Orlando de Iberia, inaugurada en octubre de 2025, facilita el acceso desde España al evitar escalas y aterrizar directamente en la ciudad de los parques. Opera con cuatro frecuencias semanales en Airbus A330, con cabinas Business, Turista Premium y Turista.

A bordo. Para un vuelo largo, la clase Turista Premium puede ser una buena opción: ofrece más espacio que la turista convencional, una cabina más tranquila y mayor comodidad para descansar antes de varios días de parques y caminatas intensas.

Dónde dormir

El Walt Disney World Swan and Dolphin Resort es una opción cómoda dentro del entorno de Walt Disney World. Reúne tres hoteles: Walt Disney World Swan, Walt Disney World Dolphin y Walt Disney World Swan Reserve. Su ubicación es especialmente práctica para visitar EPCOT y Disney's Hollywood Studios, accesibles en barco o incluso caminando según el punto de salida.

Dónde comer.

El complejo cuenta con una amplia oferta gastronómica. Entre sus restaurantes destacan Bourbon Steak, Il Mulino, Kimonos, Todd English's Bluezoo, Amare y Rosa Mexicano. Para opciones más informales: Garden Grove, Tangerine, Cabana Bar & Beach Club, The Fountain, Fuel, Java o Grounds.

Cómo moverse

En Orlando las distancias son grandes, pero dentro de Walt Disney World los transportes internos ayudan mucho. Desde Swan and Dolphin hay barcos hacia EPCOT y Disney's Hollywood Studios, además de

autobuses a otros parques y Disney Springs. También funcionan el monorraíl elevado, el Disney Skyliner —teleférico—, barcos y autobuses.

Apps útiles

Conviene descargar antes del viaje My Disney Experience, para Walt Disney World, y Universal Orlando Resort App, para Universal Orlando. También pueden ser útiles SeaWorld App, Aquatica App y LEGOLAND Florida Resort App, según los parques previstos. Permiten consultar mapas, horarios, tiempos de espera, entradas, reservas y espectáculos.

Consejos

Calzado cómodo, gorra, protección solar, chubasquero ligero y botella reutilizable son básicos. Mejor no querer abarcarlo todo: Orlando se disfruta más alternando días intensos con momentos de descanso.



Ocho culturas heredadas,
una historia que se queda grabada.

¿SERÁ ESTO LA FELICIDAD?



Seguramente, lo será. Y no será casualidad. Será por nuestro sol y la accesibilidad de nuestras playas. Por nuestra rica gastronomía. Será por la comodidad de nuestras ciudades y la autenticidad de nuestros pueblos. Por nuestra cultura y nuestra vanguardia. Será porque aquí haces tuya nuestra manera de vivir.

**ACTITUD
MEDITERRÁNEA**

Innsbruck

Montañas, palacios y vida alpina

Texto: Rosario Alonso - **Fotografía:** Rosario Alonso y archivo

Casas de colores del barrio de Mariahilf



La capital del Tirol no se entiende solo caminando bajo sus soportales, frente a sus fachadas pintadas o junto al brillo del Tejadillo de Oro. Se entiende cuando uno mira hacia arriba y descubre que la ciudad vive literalmente abrazada por los Alpes. La montaña no es un decorado: es una presencia diaria, una frontera, una promesa y, en cierto modo, el verdadero carácter de Innsbruck.

Su nombre ya habla de un puente. Innsbruck significa, literalmente, “puente sobre el Inn”.

El río atraviesa la ciudad con esa serenidad fría de las aguas alpinas, mientras las casas de colores de Mariahilf y St. Nikolaus parecen asomarse a él como si aún vigilaran el viejo camino comercial que durante siglos unió el norte y el sur de Europa. Por aquí pasaban mercaderes, funcionarios imperiales, soldados, peregrinos y viajeros camino del Brennero (paso alpino entre Austria e Italia). Mucho antes de ser postal de invierno, Innsbruck fue lugar de paso. Y los lugares de paso, cuando tienen fortuna, acaban convirtiéndose en lugares de encuentro.



INNSBRUCK

La ciudad creció con esa vocación estratégica. En el siglo XV, Federico IV trasladó la residencia del Tirol a Innsbruck, y más tarde Maximiliano I convirtió la ciudad en uno de los escenarios simbólicos del poder de los Habsburgo. La huella de aquel tiempo aún se lee con claridad en el casco antiguo. Basta entrar por Herzog-Friedrich-Straße para que la ciudad se cierre un poco sobre sí misma, como hacen las ciudades antiguas cuando quieren proteger su memoria. Allí aparece el **Goldenes Dachl**, el **Tejadillo de Oro**, probablemente el emblema más reconocible de Innsbruck: un mirador tardogótico construido por orden del emperador Maximiliano I entre 1497 y 1500, cubierto por 2.657 tejas de cobre dorado. Desde aquel balcón, el poder miraba las fiestas, los torneos y la vida urbana que discurría en la plaza inferior.

Muy cerca, la Hofkirche (**la iglesia de la Corte**) conserva otro de los grandes iconos de la ciudad: el cenotafio de Maximiliano I, rodeado por solemnes figuras de bronce. No es una tumba en sentido estricto, pero sí una escenografía de la memoria imperial. Muy cerca la **Catedral de Santiago**, no demasiado llamativa por su exterior sí sorprende por dentro, de estilo barroco impacta por los magníficos trampantojos de sus bóvedas pues Innsbruck sabe bien que la historia también se construye con símbolos. A pocos pasos, el **Palacio Imperial**, la Hofburg, recuerda la continuidad de aquel poder, reformado en tiempos de María Teresa con sensibilidad barroca. Y, sin embargo, la ciudad nunca resulta pesada. Tiene la escala suficiente para caminarla sin cansancio y la profundidad necesaria para detenerse sin prisa.

El paseo debe continuar por la **Maria-Theresien-Straße**, eje elegante y abierto, donde Innsbruck deja atrás el recogimiento medieval y se muestra más burguesa. A medio camino, la columna de Santa Ana y al fondo el **Triumphforte**, con sus dos fachadas (la celebración nupcial y el luto); este paseo marca una perspectiva urbana de gran belleza: fachadas históricas, comercios, cafés, tranvías y, siempre detrás, la pared de roca. Esa es una de las grandes virtudes de Innsbruck: no obliga a elegir entre ciudad y naturaleza. En pocas capitales europeas se puede desayunar en una plaza barroca y, poco después, estar respirando aire de alta montaña.

La mejor prueba es la **Innsbruck-Nordkette**. Desde el centro urbano, el viajero puede subir primero con el funicular de Hungerburg y después enlazar con los teleféricos de Seegrube y Hafelekar. La experiencia no es solo panorámica; es casi narrativa.



Goldenes Dachl, el Tejadillo de Oro

La ciudad se va quedando abajo, ordenada entre el río, las torres y los tejados, mientras la montaña gana fuerza. En apenas unos minutos, Innsbruck cambia de escala. La Nordkette forma parte del Parque Natural Karwendel, el mayor parque natural de Austria, y desde el Hafelekar se abre una vista de 360 grados: a un lado, la ciudad; al otro, el mundo mineral del Karwendel. La propia Nordkette se presenta como el “Top of Innsbruck”, con acceso desde el centro hasta la alta montaña (2.256 m) en poco tiempo. Esa subida resume muy bien el espíritu tirolés: una ciudad culta, administrativa, universitaria, pero siempre dispuesta a recordar que la naturaleza manda. En invierno, Innsbruck mantiene su prestigio como capital alpina, reforzado por la memoria olímpica de 1964 y 1976. En verano, la montaña cambia de tono y se vuelve territorio de senderistas, miradores y terrazas al aire libre. El **Bergisel**, con su trampolín de salto diseñado por Zaha Hadid, añade otra capa a esta relación entre arquitectura y paisaje.

Allí también se encuentra el **Tirol Panorama**, museo que expone en panorama circular, unos 1.000 m², la batalla de 1809, episodio esencial en la identidad tirolésa y rinde tributo a la figura de Andreas Hofer, instigador de la rebelión. Los **Museos Estatales del Tirol** incluyen, además, el Museo de Arte Popular Tirolés, el Zeughaus, el Ferdinandeum, una de sus instituciones principales que se encuentra en obras hasta 2028.



El cenotafio de Maximiliano I en la Hofkirche. Foto inferior Maria-Theresien-Straße con la columna de Sta. Ana





Mundos de Cristal de Swarovski

Innsbruck no vive solo de su pasado imperial. En los últimos años, la ciudad ha sabido abrirse a nuevas formas de contar la cultura. Más que hablar únicamente de “nuevos museos”, conviene hablar de nuevos lenguajes museográficos. **Experience Tirol**, situado en el centro de la ciudad, propone una experiencia inmersiva de una hora en cinco salas, con recursos digitales y audiovisuales para explicar la historia, la cultura y los paisajes del Tirol. No sustituye al museo clásico; lo complementa para un público que ya no solo quiere mirar vitrinas, sino entrar en un relato.

También merece atención el **AUDIOVERSUM ScienceCenter**, un museo interactivo dedicado al mundo de la audición, donde se cruzan medicina, tecnología, educación y arte. Su exposición principal gira en torno al oído y al sonido, con instalaciones participativas pensadas para adultos y familias. Es una de esas propuestas que muestran una Innsbruck contemporánea, curiosa, menos solemne de lo que su pasado imperial podría hacer pensar.

Esa convivencia entre continente histórico y contenido contemporáneo define bien la evolución cultural de Innsbruck: la ciudad no renuncia a su herencia, pero tampoco se queda quieta.

En los alrededores, uno de los nombres imprescindibles es Schloss Ambras, el **Castillo de Ambras**. Situado en una colina sobre Innsbruck, es mucho más que una excursión a las afueras de Innsbruck.

Fue transformado en el siglo XVI por el archiduque Fernando II, que reunió allí una de las grandes colecciones renacentistas de Europa. Ambras se presenta hoy como el primer museo del mundo conservado en el lugar donde fue creado, con sus armerías, la Cámara de Arte y Curiosidades y el Salón Español, uno de los espacios más bellos del Renacimiento centroeuropeo.

Y luego está Wattens, a unos veinte kilómetros al este de Innsbruck, donde los **Mundos de Cristal de Swarovski** han convertido el brillo en arquitectura, arte y experiencia. La visita a Swarovski Kristallwelten no debe entenderse como una simple parada comercial.



Desde su apertura, el lugar se ha planteado como un universo creativo alrededor del cristal, con cámaras de maravillas, jardín, instalaciones artísticas y propuestas familiares. La firma Swarovski nació en 1895 de la mano de Daniel Swarovski, y su relación con el Tirol forma parte de la identidad industrial de la región. Los Mundos de Cristal se encuentran en Wattens, a unos 20 kilómetros de Innsbruck, y pueden visitarse también mediante shuttle directo desde la ciudad.

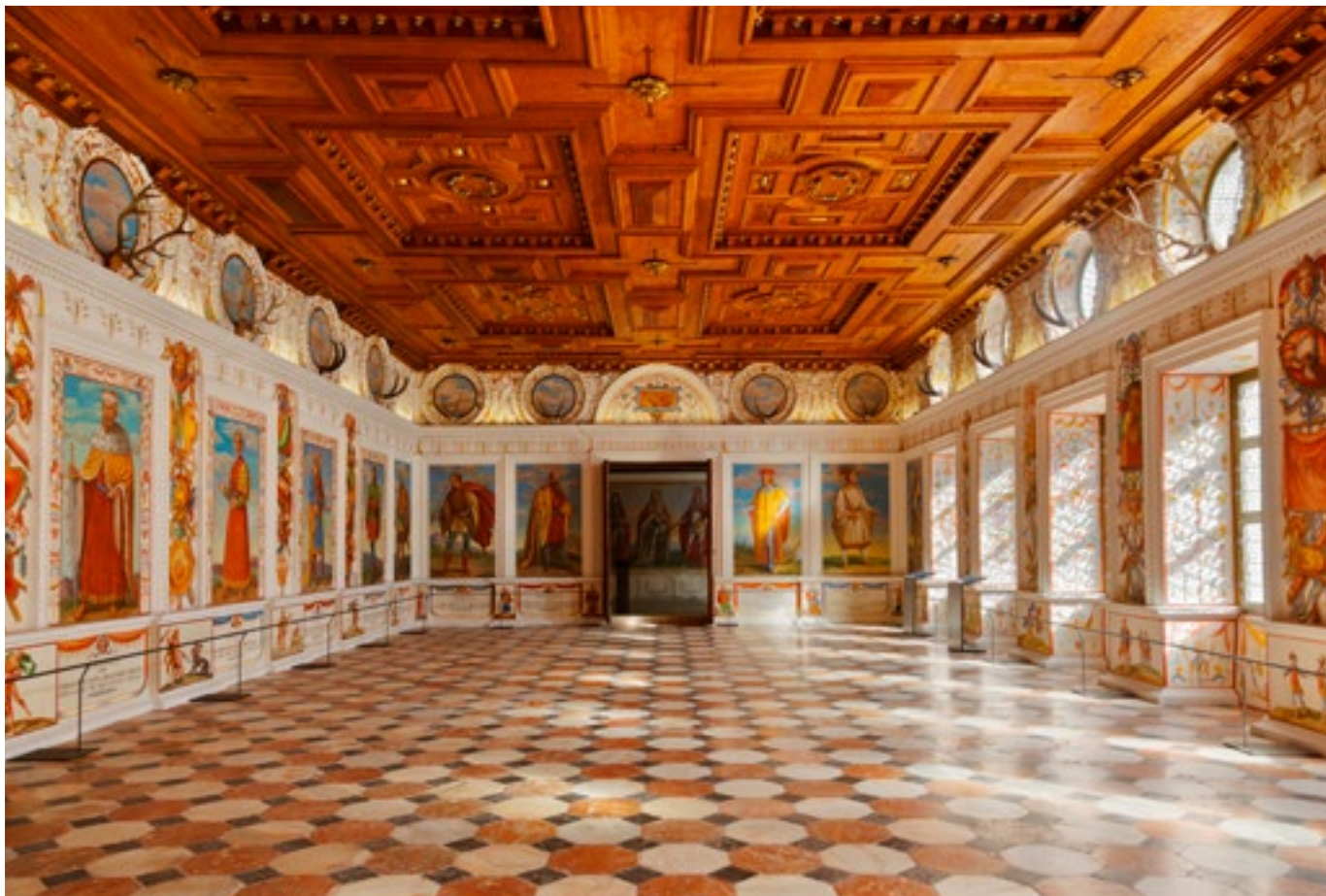
Esa escapada añade una nota distinta al viaje. Si Innsbruck habla de piedra, madera, metal y montaña, Swarovski introduce el lenguaje de la luz. El famoso gigante de la entrada, las cámaras interiores y el jardín exterior crean un itinerario que juega con la sorpresa. Es una visita especialmente adecuada para quienes viajan con niños, pero también para quienes busquen saber cómo una empresa tirolesa convirtió una técnica industrial en un mundo lúdico y onírico.

Lo interesante de Innsbruck es que todas estas capas conviven sin estridencia. La ciudad imperial, la universitaria, la alpina, la olímpica, la contemporánea y la familiar no se anulan entre sí. Se superponen. Por la mañana se puede subir a la Nordkette; al mediodía recorrer el casco antiguo; por la tarde entrar en un museo interactivo o en una galería de arte; al día siguiente visitar Ambras y continuar hasta Wattens. El viaje no exige grandes desplazamientos, pero ofrece cambios constantes de perspectiva.

Al caer la tarde, cuando las últimas luces tocan las fachadas del casco antiguo y la Nordkette empieza a oscurecerse sobre la ciudad, Innsbruck recupera su imagen más verdadera. Abajo, el Inn sigue su curso. Arriba, la montaña guarda silencio. Entre ambos, la ciudad recuerda al viajero que algunos destinos lo tienen todo.

Castillo de Ambras





Salón Español del Castillo de Ambras

Apuntes para el viaje

CÓMO LLEGAR

Es posible volar directamente a Innsbruck, a su único aeropuerto (INN), a unos 4 km del casco histórico de la ciudad. Otra opción es volar a Múnich y desde allí a Innsbruck en autobús, tren o transporte privado.

DÓNDE ALOJARSE

Hotel Das Innsbruck, es una opción estupenda. En pleno centro histórico, frente al río Inn y las casitas de colores, está perfectamente ubicado para una estancia urbana. Además, cuenta con piscina interior y dos spas con sauna. Sus habitaciones, grandes, cómodas, silenciosas y modernas son su principal valor al que se suma su excepcional desayuno.

A pocos metros encontrareis el Markthalle de Innsbruck, sin duda una visita que os encantará y no sabréis qué llevaros; la presentación de sus puestos, la calidad de sus productos, el olor de sus quesos os conquistarán.

DÓNDE COMER / CENAR

La oferta gastronómica de Innsbruck es fantástica; gasthauses, mercados locales y bistrós de fusión son sus principales establecimientos. Tradición tirolesa alpina (guisos de caza con patatas y quesos locales

ahumados y aromatizados), kaspessknödel, käsespätzle, speckknödel, leberknödel, wiener schnitzel, ...

STIFTSKELLER. Un clásico de Innsbruck. En la Altstadt, Stiftgasse 1. Un enorme local con Biergarten famoso por su ambiente tradicional tirolés. Cocina contundente.

GASTHOF RIESE HAYMON. Casi una institución local. Sus comedores, numerosos, están decorados en estilo tirolés con mucho gusto y son perfectos para una experiencia gastronómica auténtica, de producto local que fusiona a la perfección tradición con técnicas culinarias modernas. En el histórico barrio de Wilten también cuenta con biergarten.

LA SPECKERIA. Almuerzo sencillo y muy local. Embutidos ahumados, queso de montaña y charcutería tirolesa.

WILDERIN. Cocina tradicional, regional, de temporada, de producto local pero creativa. Buena casquería elaborada que convence casi a todos.





DEPUTACIÓN
DE LUGO

RUTAS EN CATAMARÁN POLA RIBEIRA SACRA



INFORMACIÓN E RESERVAS:
TELE. 982 260 196



DEPUTACIÓN
DE LUGO



Vista de Trento

Antiguos caminos de Italia

Cuando todos los caminos conducían a Roma

Texto: Redacción **Fotografía:** ENIT y archivo

Hay una Italia que no se ve bien si uno va demasiado deprisa. Está ahí, no se esconde, pero necesita otro trato. No basta con llegar, hacer una foto y seguir viaje. Hay que andar, cansarse incluso, dejar que el paisaje se vaya colocando delante sin pedirle nada especial. Entonces aparecen las cosas: un campionario entre árboles, una fuente al borde del camino, una abadía en lo alto, un pueblo donde todo parece cerrado hasta que alguien abre una puerta y sale un delicioso olor a café y a pan.

Esa Italia es la de los antiguos caminos. Rutas que durante siglos llevaron a peregrinos, monjes, comerciantes y viajeros hacia Roma. No eran caminos románticos, desde luego. Había barro, frío, hambre, miedo y días muy largos. Pero también había hospitales, monasterios, mercados, puentes, santuarios y esa hospitalidad básica que hacía posible seguir adelante. Roma era la meta, sí, pero el viaje empezaba mucho antes.

Ahora Italia vuelve a mirar esos itinerarios con una atención nueva. El proyecto "Antichi Cammini d'Italia", impulsado por ENIT y el Ministerio de Turismo, se centra en cinco

grandes rutas que atraviesan el Lacio y conducen a la capital: la Vía Francígena, la Romea Strata, la Vía Romea Germánica, la Vía de San Francisco y el Camino de San Benito. El objetivo es claro: recuperar caminos históricos, impulsar un turismo más lento y llevar viajeros a territorios que no siempre entran en las rutas más conocidas.

La idea funciona porque no parece inventada. Estos caminos ya estaban ahí. Lo que cambia es la mirada. Hoy se habla de turismo sostenible, de desestacionalización, de experiencias digitales y de nuevos mapas para el viajero. Todo eso tiene sentido. Pero, al final, lo importante sigue siendo bastante sencillo: salir por la mañana, mirar el cielo, ajustar la mochila y empezar a caminar.

La Vía Francígena

Es la más célebre. Su trazado histórico une Canterbury con Roma y cruza Inglaterra, Francia, Suiza e Italia. En el tramo italiano baja desde los Alpes y atraviesa algunos de los paisajes más reconocibles del país. Lucca, Siena, San Gimignano, la Val d'Orcia. Después llega el Lacio, con el lago de Bolsena, Montefiascone, Viterbo y la aproximación final a Roma.

Dicho así parece una lista preciosa, pero un camino nunca es solo eso. También hay etapas largas, carreteras secundarias, tramos sin sombra, momentos

en los que uno se pregunta por qué no habrá elegido una terraza en Florencia en lugar de una subida polvorienta. Y, sin embargo, ahí está la gracia. La Francígena no se entiende solo por sus monumentos, sino por lo que ocurre entre uno y otro. Una conversación breve, una panadería abierta, una plaza vacía, una iglesia fresca al mediodía, una comida en una pequeña ostería. Cosas pequeñas, pero necesarias.

La Romea Strata

Tiene menos fama y quizá por eso resulta más sugerente. Fue una red de caminos que conectaba el área báltica y centroeuropea con Roma. Entraba en Italia por Tarvisio, junto a los Alpes, atravesaba Friuli Venezia Giulia y el Véneto, con ciudades como Vicenza y Padua, y seguía después por Emilia-Romaña, Toscana y Lacio, entre lugares como Nonantola, Fucecchio, Bolsena u Orvieto. Su nombre habla de estratos, de capas, de rutas superpuestas por el uso y por los siglos.

Hay algo muy europeo en esta ruta. No es una Europa diseñada en despachos, sino de pasos de montaña, mercados, lenguas distintas y viajeros que se entendían como podían. Primero la montaña, luego las llanuras, después los pueblos de interior y, al final, el Lacio. El camino cambia sin avisar demasiado. Esa es una de las cosas que más se agradecen cuando se viaja a pie o en bicicleta: el paisaje se va transformando a cada paso.

San Gimignano



La Vía Romea Germánica

Mira también hacia el norte. Está vinculada al abad Alberto de Stade, que en el siglo XIII dejó referencia de distintas rutas hacia Roma en los Annales Staddenses. Es un dato histórico, sí, pero no conviene dejarlo muerto en una nota al pie. Nos recuerda que Europa ya se cruzaba caminando mucho antes de los mapas modernos; que había gentes dispuestas a atravesar fronteras, montañas y territorios desconocidos para alcanzar Roma. Desde el norte de Alemania, el camino avanzaba hacia el sur por ciudades como Stade, Augsburgo, Trento o Verona, hasta entrar en la península italiana camino de Roma. Entonces la ciudad era una de las grandes urbes del mundo y llegar a ella podía significar salvación, protección, prestigio o la esperanza de una vida mejor.

Hoy la ruta permite leer esa memoria desde el presente. El mundo germánico, los Alpes, la península italiana, los valles, las ciudades y los monasterios forman parte de un mismo movimiento hacia el sur. No era un viaje cómodo, pero sí cargado de sentido. Cada etapa acercaba al peregrino a Roma y, al mismo tiempo, le hacía atravesar una Europa diversa, exigente y muchas veces hermosa. Ahí sigue buena parte de su fuerza: en esa mezcla de esfuerzo, paisaje y destino.

La Vía de San Francisco

Cambia por completo el tono. Aquí el camino se vuelve más recogido. Desde La Verna hasta Asís y, después, hacia Roma, la ruta sigue lugares unidos a la vida y a la espiritualidad de Francisco. Hay bosques, olivares, ermitas, ciudades de piedra, valles silenciosos. Asís pesa mucho, naturalmente, pero el recorrido no termina en Asís ni debería reducirse a ella.



Plaza Mayor de Vincenza



Verona

Cascada de Marmore





Castelluccio di Norcia

Spoletto, la Valnerina, la Cascada de Marmore, el lago de Piediluco y el valle de Rieti forman parte de una geografía donde la naturaleza y la espiritualidad no necesitan explicarse demasiado. Este no es un camino para grandes frases. Pide más bien bajar el tono. Caminar, callar un rato, mirar. La figura de Francisco sigue teniendo fuerza porque habla de algo que hoy escasea: sencillez, pobreza voluntaria, atención a la naturaleza, distancia frente al exceso.

El Camino de San Benito

Pertenece a otra Italia, más austera y más interior. Une **Norcia, Subiaco y Montecassino** en unos 300 kilómetros, divididos en 16 etapas. Norcia remite al nacimiento del santo; Subiaco, a sus años de retiro; Montecassino, a la gran abadía que terminó siendo uno de los grandes símbolos del monacato occidental.

No es una ruta que busque impresionar a cada paso. Su belleza es más seria. Montañas, valles, pueblos pequeños, carreteras con poco tráfico, senderos rurales. Tiene algo de viaje antiguo, quizá porque la figura de San Benito obliga a pensar en palabras que hoy usamos poco: regla, trabajo, hospitalidad, medida. No suenan modernas, pero hacen falta. Caminar este itinerario es entrar en una Italia menos decorativa y más profunda.

Estos caminos tienen, además, una utilidad muy concreta. Italia recibe muchísimos visitantes y algunas ciudades viven saturadas buena parte del año.



Edificios históricos de Spoleto

Abadía Benedictina de Montecassino





Ruta Senderista en Noscia. Foto inferior vista de Trento



Las rutas históricas ofrecen una alternativa razonable: llevar viajeros a zonas menos conocidas, repartir mejor la actividad económica y alargar la temporada. Quien camina no pasa por los lugares como quien atraviesa un decorado. Duerme, cena, compra, pregunta, se pierde, vuelve atrás, entra en una tienda, deja algo.

La tecnología ayuda, claro. El caminante actual consulta mapas digitales, descarga etapas, reserva alojamientos y mira la previsión del tiempo. Nada de eso estropea la experiencia si se usa bien. Pero lo esencial sigue siendo bastante antiguo. Un paso detrás de otro. El cansancio al final del día. La alegría tonta de quitarse las botas. El plato caliente. La cama sencilla. La mañana siguiente.

Tiene sentido que Italia haya presentado esta campaña en Santiago de Compostela. Santiago sabe lo que vale un camino. Sabe que una ruta no es solo una línea con kilómetros, sino una cultura entera: señales, etapas, hospitalidad, relatos, cansancio compartido. Desde Galicia, la invitación a caminar hacia Roma tiene algo de puente natural entre dos grandes destinos espirituales europeos.

Los antiguos caminos de Italia no proponen descubrir un país nuevo. Italia ya estaba allí. Lo que proponen es llegar de otra manera. Sin tanta prisa. Sin querer verlo todo. Aceptando que algunas jornadas serán hermosas y otras simplemente necesarias. Roma seguirá esperando al final, como ha esperado durante siglos. Pero quizá, cuando se llega a través de una de estas rutas, se entiende algo que en tren o en coche se escapa: que el viaje no empieza en la ciudad, sino mucho antes, y que al final, ***todos los caminos conducen a Roma.***



Castillo de Sant'Angelo Roma



Escalinata de la Plaza de España en Roma

Plaza de San Pedro del Vaticano



Leipzig

Cultura, comercio y música

Por: Joaquín del Palacio - joaquingeografo@gmail.com

Edificio de la Ópera en Augustusplatz. Leipzig. © LTM Philipp Kirschner





Hace un milenio el territorio alemán de Sajonia donde se asienta actualmente Leipzig solamente contaba con bosques, lagos y pequeños ríos, de ahí que el nombre de la ciudad proceda de la antigua palabra eslava lipa que se refiere al árbol de la tila. Ese verde relajante de los bosques de tilos entre los lagos, que aún permanecen allí, sirve para el esparcimiento de 600.000 lipsienses que disfrutan del paraíso natural mientras escuchan a los pájaros cantar; sin embargo, para escuchar buena música, la capital.

Capital de la música

En medio de esos bosques existía un histórico cruce de caminos entre la Vía Imperial, que alcanzaba el mar Báltico desde Roma, y la Vía Regia, que iba de Rusia a Finisterre. En esta encrucijada se fue asentando el intercambio y el comercio que constituyeron el germen de Leipzig. Y como en legendarios cruces de caminos algún guitarrista de blues vendiera su alma al demonio para ser el mejor, aquí Fausto hizo lo mismo en la novela de Goethe y, de otro modo, también Johann Sebastian Bach pactó con el órgano litúrgico y la música clásica se encariñó de Leipzig.

Hay numerosas huellas musicales de grandes celebridades como Mendelssohn, el matrimonio Schumann o Wagner que acudieron porque en su subconsciente percibieron que aquí existía una acústica especial. Sintieron que Leipzig tenía duende.

Junto al parque que ostenta el busto de Wagner la lírica o el ballet se exhiben majestuosos en la Ópera, un edificio que presencia como justo enfrente, tras las aguas de la monumental fuente Mendeburgen, se sitúa el Auditorio de Música formando un conjunto arquitectónico con musicalidad suprema.

LEIPZIG

Una armonía similar a la que se alcanza desde el órgano litúrgico de San Nicolás, una iglesia luminosa y clara, vestida de fulgor y plagada de exóticas columnas palmiformes; o desde el órgano del templo de Santo Tomás, donde había cantado y tocado Bach, al que se accede cruzando el pórtico de Mendelssohn tras admirar la estatua del propio Johann Sebastian. Todos estos recitales están presididos por Bach, sepultado en la cabecera de esta iglesia, mientras su efígie plasmada en una vidriera divisa todo el templo y vigila el exterior, donde se encuentra su museo y su avatar continúa interpretando íntimos conciertos virtuales.

De pasaje en pasaje...

Leipzig guarda secretos, pasajes por los que saltas de pantalla al cruzar el umbral accediendo a otro lugar. Algunos atraviesan un edificio en línea recta, pero a veces se trenzan entre varias casas de modo laberíntico recorriendo esa ciudad interior más oculta, encantadora y original que Leipzig lleva dentro. Es posible entrar por una fachada y salir a la plaza del Ayuntamiento, por ejemplo, a través de edificios adaptados a las exigencias de las ferias con una arquitectura magistral resultado de la rentabilidad del comercio. Un plano urbano complejo que desorienta, pero que le da un atractivo especial al desviarse por estos pasajes.

Otras travesías se componen de varias placitas que se bifurcan y se abren en varios brazos formando una red de tiendas, portales y paisajes techados con vida propia, siempre con la incertidumbre de averiguar por donde saldrás. Su origen se debe a la gran cantidad de carros que traían mercancías, disponiendo así de espacios de carga y descarga para no molestar en las calles principales.

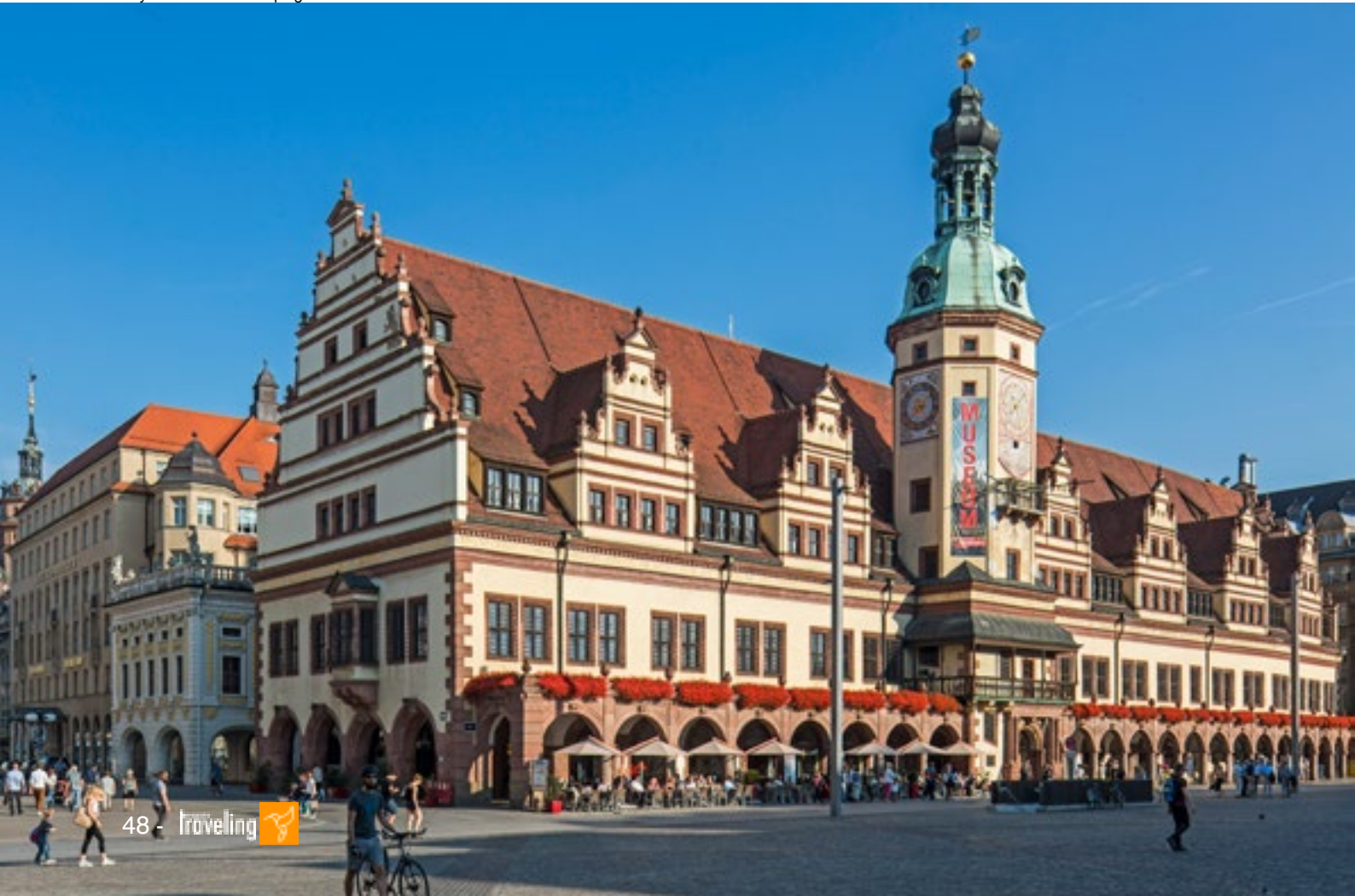
Bajo el suelo y junto al cielo

Una luz tamizada penetra en el Pasaje Madler a través del techo traslúcido alumbrando las estatuas de Goethe y Fausto frente a los tres estudiantes recién hechizados. Ambos grupos escultóricos flanquean el corredor dando paso a dos escaleras que se hunden en el suelo. Al descender la luz

Teatro de la Ópera. © LTM Adam Kumiszczka



Ayuntamiento de Leipzig. © LTM Punctum



agoniza. Abajo, Auerbach Keller, un comedor único y legendario que permanece casi igual desde hace medio milenio. Un restaurante subterráneo para 500 comensales con bóvedas bajas y arcos policromos, pero sin ventanas. Iluminado lo justo. Perfecto para sentir aquella oscura magia que inspiró a Goethe llevándole a optar por este mesón para que su Fausto, finalmente, pactase con Mefistófeles.

Ascendiendo del inframundo fáustico en busca de la luz del día se roza la paz celestial desde la Torre Panorama, la atalaya más alta. Junto al cristal desde su restaurante o en su terraza con toda la ciudad a tus pies se contemplan avenidas, pero no los pasajes, y los tejados, aunque no suenen sus órganos. En las cercanías de un parque se avista la estación de tren más grande de Europa. Y ya en las afueras, camuflado entre la foresta, se vislumbra una factoría y un circuito con preciosos autos que rugen y corren.

Del silencio al relincho del caballo

Pocos habrían apostado a que el apellido del diseñador del primer coche alemán para el pueblo, el Volkswagen Escarabajo, sería un símbolo para los amantes de los automóviles, pero por otra razón. Porsche. Un nombre evocador. Un museo, dos circuitos y la fábrica, bueno, más que una fábrica es una cocina impecable, precisa y veloz donde se guisan automóviles. Quizás más que vehículos aquí lo que se elabora es un concepto propio y distinto de conducción que cualquiera puede probar siendo piloto por un rato.

Los insignes deportivos de Porsche llevan nueve décadas en activo y sus motores emiten un sonido clásico tan especial que en Leipzig suena como un instrumento más de su filarmónica. El caballo de su blasón procede del escudo de Stuttgart, su ciudad de origen, pero entre estos bosques rodeados de lagos esos corceles cabalgan radiantes bajo la sombra de los tilos.



Estatua de Bach junto a la iglesia de Santo Tomás. © LTM Tom Williger



Restaurante Auerbachs Keller. © LTM Philipp Kirschner

Porsche 911. © Porsche AG



LEÓN

León

Entre reyes, vidrieras y buen comer

Texto: redacción - Fotografía: Turismo Ayto. de León

León arrastra casi dos mil años de historia y, aun así, conserva una escala amable. Es una ciudad hospitalaria, marcada por el cruce de caminos, el Camino de Santiago y un legado de culturas que se percibe en sus calles. Tiene algo de viejo reino y algo de ciudad cómoda, culta y muy vivida. Sus buenas comunicaciones, con tren de alta velocidad desde Madrid, la convierten en un destino fácil para una escapada de dos días.

El recorrido monumental tiene una primera referencia inevitable: la Catedral. **La Pulchra Leonina**, iniciada a mediados del siglo XIII, es uno de los grandes ejemplos del gótico más puro en España. Su elemento más reconocible son las vidrieras, que cubren alrededor de 1.900 metros cuadrados de luz y color, convirtiendo el interior en una experiencia distinta según la hora del día. En la **Plaza de Regla**, el paseo permite acercarse al Museo Sierra Pambley, que recrea la vida social y las modas decorativas de una familia burguesa del siglo XIX.

Muy cerca aparece la **Casa Botines**, una de las pocas obras que Antoni Gaudí realizó fuera de Cataluña. Construida en la última década del siglo XIX para el comerciante Juan Homs y Botinás, mantiene esa mezcla de funcionalidad, imaginación y fuerza visual que hace reconocible al arquitecto.

Su presencia en León gana valor si se recuerda que la provincia conserva otro gran exponente gaudiniano en Astorga, con el Palacio Episcopal.

La **Basílica de San Isidoro** ocupa otro lugar esencial. Es una de las expresiones más completas del románico español y un documento en piedra del antiguo Reino de León. Su **Panteón Real**, conocido como la “capilla sixtina del románico”, acoge los restos de distintos monarcas. Además, León reivindica aquí su papel como cuna del parlamentarismo, gracias a los Decretos de 1188, vinculados a las Cortes convocadas por Alfonso IX.



Casa Botines

Interior de la Catedral de León





Colegiata y Panteón de los Reyes en San Isidoro





Iglesia de Ntra. Sra. del Mercado o Sta. María del Camino
Convento de San Marcos de León

El Camino de Santiago también atraviesa la identidad de la ciudad. El **punto de San Marcos** y, junto a él, el actual Parador de León recuerdan esa condición de lugar de paso y acogida. San Marcos fue antiguo hospital de peregrinos y hoy es uno de los grandes edificios del Renacimiento español, con una fachada plateresca de enorme riqueza. También funcionó como convento, cuartel y prisión, donde estuvo encerrado Francisco de Quevedo.

Adentrarse en el casco antiguo equivale a caminar por una ciudad que no separa patrimonio y vida diaria. Hay edificios de interés, plazas, soportales, calles estrechas y un ambiente que cambia a lo largo del día. León no se agota en sus monumentos. Se entiende también en sus comercios, terrazas, bares, mercados y en esa forma tan suya de pasar de la historia a la conversación.

La ciudad, además, no vive solo del pasado. El Auditorio, el Palacio de Exposiciones y Congresos y el **MUSAC** muestran un León que ha sabido incorporar arquitectura contemporánea y actividad cultural sin perder su escala. El MUSAC, inaugurado en 2005 y obra de Mansilla + Tuñón, obtuvo en 2007 el Premio Mies van der Rohe. Su fachada de vidrios de colores dialoga con el recuerdo de las vidrieras de la Catedral desde un lenguaje actual.





MUSAC; Museo de Arte Contemporáneo de León

Ese equilibrio entre ayer y hoy se refuerza con una agenda cultural activa: conciertos, teatro, museos, festivales, exposiciones, eventos deportivos y tradiciones. León funciona bien en cualquier época. El otoño trae San Froilán; el invierno anima las barras con caldos y sopas de ajo; la primavera llega con la Semana Santa, la limonada y Las Cabezadas; y el verano alarga las noches.

Sabores y gastronomía

León se disfruta también en la mesa. Su cocina nace de una despensa poderosa, moldeada por el Camino de Santiago, por las cocinas de palacios y monasterios, por las ferias, por las montañas y por la meseta. A esa tradición se suma una cultura vitivinícola muy presente, con los vinos de la D.O. León y bodegas cercanas que permiten completar la escapada.

Los **mercados** ayudan a entender esa relación con el producto. El de la Plaza Mayor mantiene una tradición de origen medieval, mientras que el Mercado del Conde muestra la despensa cotidiana bajo la mirada del Palacio del Conde Luna.

León de tapas

Si algo identifica a la ciudad es el tapeo. En el Barrio Húmedo y el Barrio Romántico, aunque

Calle del Barrio Húmedo y la Catedral de fondo





Tapas y quesos típicos de León para un final feliz



no solo allí, la tapa acompaña al vino o a la cerveza con naturalidad. Morcilla, cecina, embutidos, patatas, carnes, escabeches, quesos, pimientos asados del Bierzo, puerros de Sahagún, truchas, setas de temporada o tortillas guisadas aparecen en barras donde importa menos el tamaño que el sabor.

Esa cocina en miniatura es una seña de identidad local. Muchos bares son conocidos casi tanto por su tapa como por su nombre. Lo mejor es mirar, elegir y probar.

León gastronómico

La cocina leonesa tiene también platos de más fondo: cocido maragato, botillo del Bierzo, alubias de La Bañeza, sopas de ajo, morcilla, cecina, quesos y dulces como los nicanores de Boñar o las mantecadas de Astorga. Junto a los clásicos, la ciudad suma propuestas contemporáneas y restaurantes reconocidos, como Cocinandos o Pablo, que demuestran que la despensa leonesa admite tradición y mirada actual.

León es una ciudad para volver: por sus monumentos, por su mesa, por su vida cultural y por esa manera sencilla de disfrutar de lo esencial.



Tierras del Navia Porcía

La Asturias que invita a viajar sin prisa

Texto: Redacción - Fotografía: Navia Porcia

Puerto de Vega



Patrimonio milenario, mar Cantábrico sin filtros, gastronomía con identidad y naturaleza en estado puro se unen en un territorio que reivindica la autenticidad de la Asturias desconocida. Descúbrela.



Hay destinos que se visitan y otros impactan. El occidente asturiano pertenece a la segunda categoría. Lejos de las rutas más transitadas, lejos de los grandes destinos turísticos, lejos de los ritmos de la vida cotidiana. Cerca de ti, este territorio ha sabido conservar aquello que hoy resulta más valioso, autenticidad, paisaje, patrimonio y una forma de vivir conectada con el entorno.

Un territorio donde el mar y la montaña apenas se separan unos kilómetros, donde la historia aparece en cada rincón y donde el tiempo parece transcurrir a otro ritmo. Viajar por Tierras del Navia Porcia es recorrer un mosaico de paisajes y culturas que encuentran en la naturaleza, el patrimonio y las tradiciones su principal atractivo.

Hay colores que definen y dejan huella.

El negro pizarra lo invade todo. La principal riqueza arqueológica que atesoramos son los **castros**, los pueblos donde vivían nuestros antepasados y que salpican cada valle. El Castro de Coaña impresiona por sus dimensiones, su excelente estado de conservación tras dos mil años de abandono; arquitectura negra, de pizarra negra, en donde se respira historia. Busca más castros, porque en Mohías, Pendia o Chao Samartín esa historia también se respira.

En **negro pizarra** construyeron antepasados más recientes. En todos los pueblos los tejados cubren las viviendas del mismo color; la pizarra las cimenta, las protege, las mantiene en pie. Pueblos como Argul o San Esteban de Los Buitres son espacios vivos con una impactante concentración de arquitectura negra. Pero en toda la comarca esta tradición espera a ser descubierta por el viajero. El territorio te espera, pero no lo hagas con prisa.

La pizarra también cuenta historias de la gente; como aquellas personas que obligadas por la necesidad emigraron a América a principios del siglo XX. Esta emigración dejó una huella imborrable en muchos pueblos, construyendo edificios públicos y privados alejados de la tradición local. Recorrer la Ruta Indiana de Boal o pasear por Navia te descubrirán esta otra arquitectura.

Un baño de **verde naturaleza**. Desde el mirador del Pico Villayón todo lo que se ve es verde. Ese verde que explota en primavera pero que nos acompaña todo el año. De los valles a las cumbres, masas de robles, castaños, abedules o pinos, salpicadas de gotas, madroños, espinos, alcornos, brezos y tojos, alfombras de pastos o campos de maíz. Variedad de verdes, porque cada estación tiene el suyo: el deslumbrante en primavera, el suave de verano, el festoneado de ocos

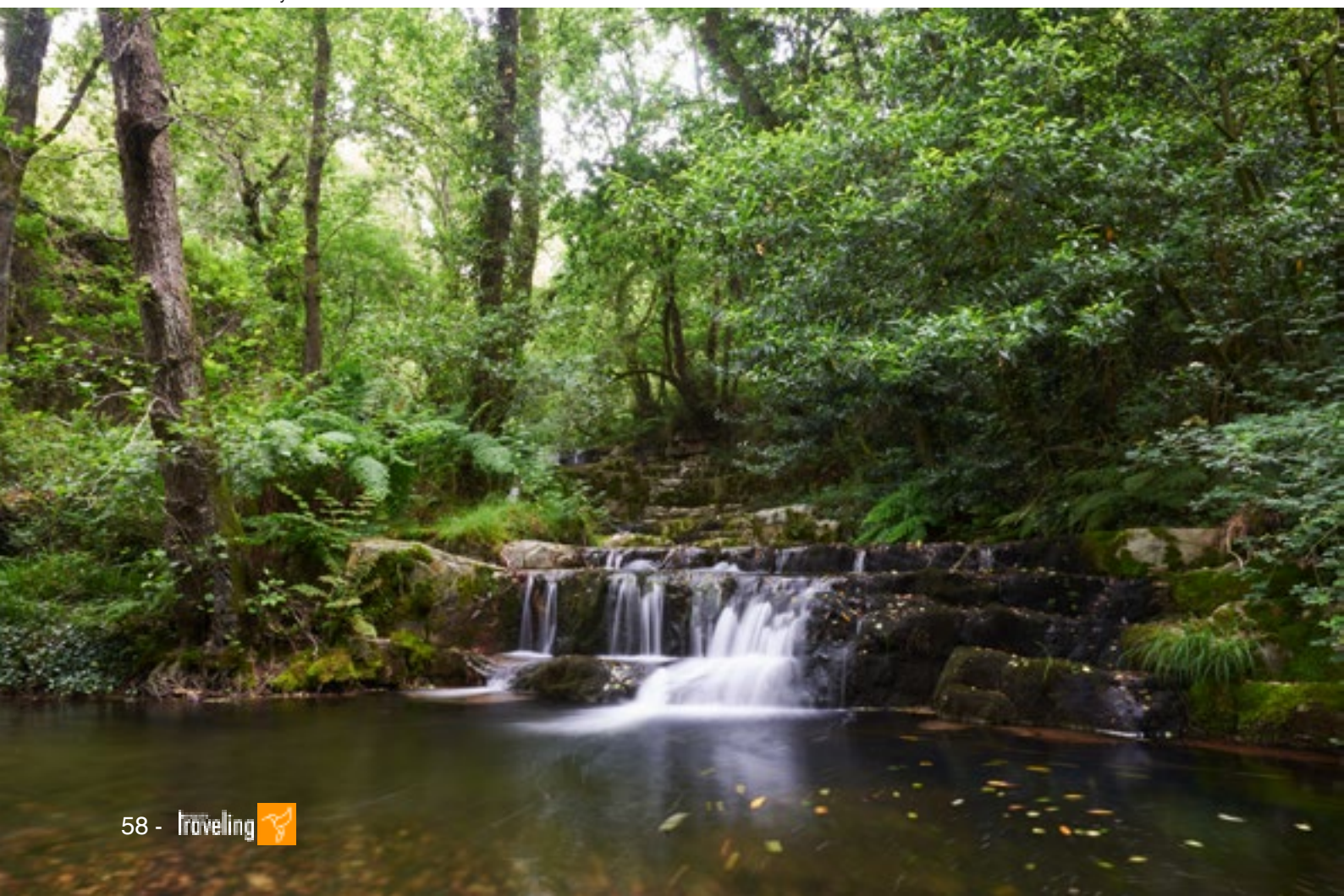
en otoño y el tenue en invierno. En cualquier ruta de senderismo, en cualquier recorrido en bici, en cualquier área recreativa, para y observa, el verde te rodea.

Azul agua. La naturaleza adquiere otra dimensión cuando el agua entra en escena.

Aquí el mar cantábrico se encuentra y abraza con el río Navia y el río Porcía, fusionando los azules que impregnan la comarca. El agua que lo ocupa todo, que dio vida a las gentes castreñas y a las gentes que aquí viven. Siempre agua, siempre azul.

Desde la costa el valle del río Porcía se adentra en las montañas, y el valle del Navia sube y sube hasta su nacimiento en tierras gallegas. Aguas libres fluyendo sin cesar; aguas mansas en los tres embalses que construyó el desarrollo del siglo XX, pero que no están muertas, sino que crean el actual paisaje de la cuenca de río Navia; aguas verticales de las cascadas de Oneta o Penadecabras. Mientras, en la costa, el Cantábrico golpea contra acantilados abrumadores, levantados por la naturaleza con pizarras y areniscas. Desde ellos se abren balcones sobre un mar azul, siempre fuente de vida para pueblos como Puerto de Vega, Ortiguera, Viavélez o Tapia.

Cascadas de Villayón





Puente colgante de Illano
Tapia de Casariego



NAVIA PORCÍA

Puertos de mar, molinos de río, barcos de pesca, campeonatos de surf, descensos a nado por la ría... Siempre agua, siempre azul.

Un universo de **marrones** salpica cada pueblo y cada valle. El otoño lo conquista todo una vez al año y es difícil sucumbir a la conquista. Cada árbol se viste con su propio marrón, ofreciendo a la vista un espectáculo tan pictórico como irrepetible, pues al día siguiente ya será otro.

Concejo de Boal



Museo Etnográfico de Grandas de Salime



También la costa cantábrica marrón. El dorado deslumbra en playas como Tapia, Porcía, Arnelles, Frexulfe... espacios bien conservados, sin urbanizaciones que en otras latitudes las ahogan, sin masificaciones que anulan la experiencia sensorial de quien las visita.

Tonos marrones impregnan la tradición. Construcciones en madera como los cabazos y los hórreos; herramientas agrícolas y piezas de artesanía que podemos redescubrir en espacios tan acogedores como el **Museo Etnográfico de Grandas de Salime**, memoria de la vida rural asturiana a través de miles de piezas y recreaciones de oficios tradicionales.

¿Y la miel? En todos nuestros pueblos se produce miel: de brezo, roble, castaño, eucalipto, de flores... Millones de abejas trabajan produciendo sin saberlo infinidad de marrones.

Un recorrido por las Tierras del Navia Porcía invita a descubrir el resto de colores del universo que nos rodea. El **rojo** del vino de Pesoz, de selecta producción familiar. Los metalizados del martín pescador que vive en nuestros ríos. El **amarillo** del diente de león que asoma en primavera. El **morado** de los brezos que cubren extensas zonas de la montaña interior. Y si miras al cielo, la infinidad de **grises** que lo decoran en cualquier época del año.



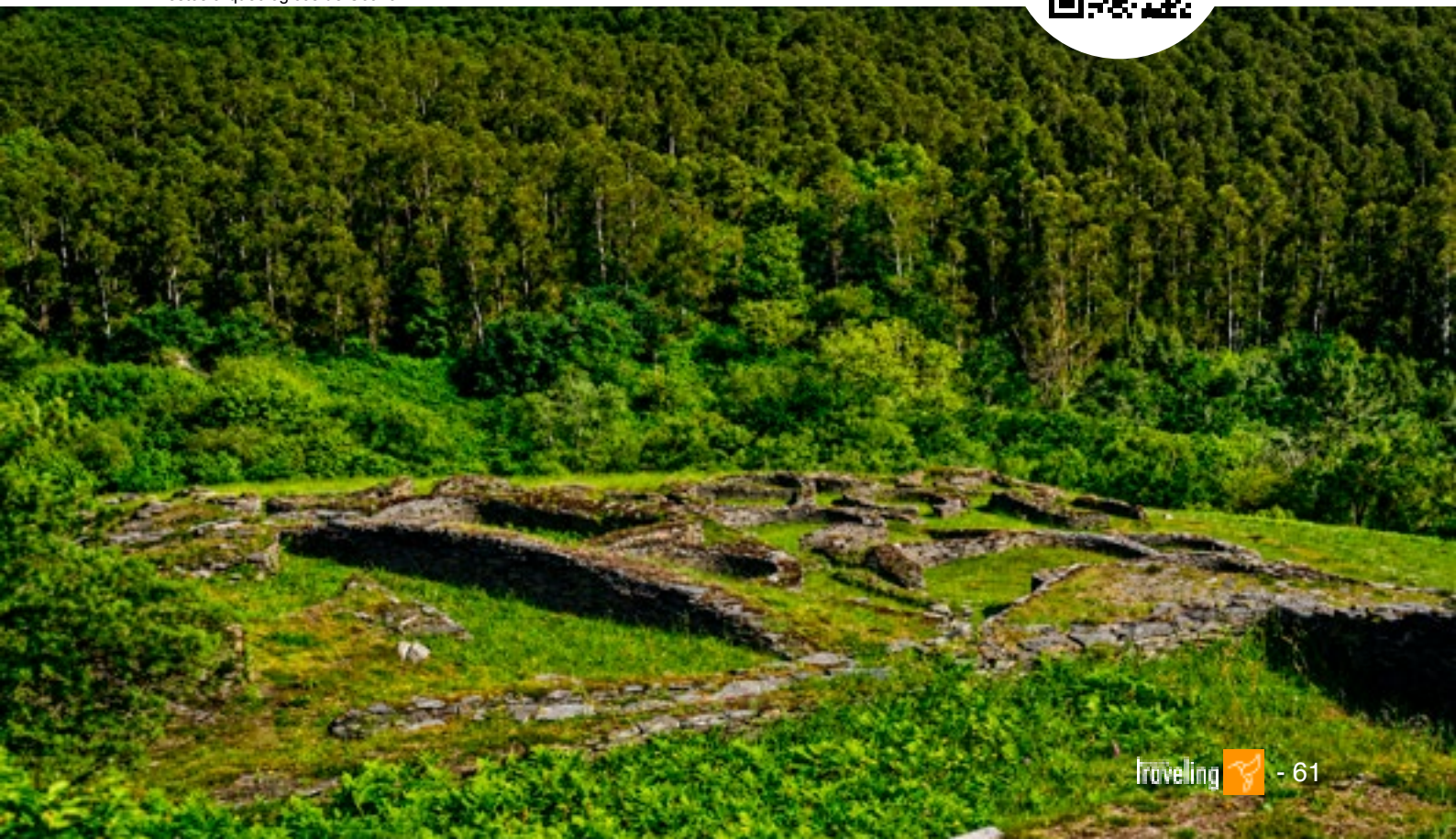
Playa de El Franco

Todos los colores están en el camino a Santiago. En los caminos, en plural. Ya sea por la costa ya por el interior, los caminos de Santiago pasan por aquí. Si la primera ruta de peregrinación a Santiago de Compostela es el **Camino Primitivo**, el primer peregrino, Alfonso II, pasó por Grandas de Salime. Última etapa antes de entrar a Galicia por A Fonsagrada. Mientras, el Camino de Santiago por la Costa quiere decir que atravesamos Navia, Coaña, El Franco y Tapia de Casariego. Con solo un viaje no habrá tiempo a verlo todo y a disfrutarlo todo. No importa, es una invitación a volver.

Restos arqueológicos de Coaña



Tierras del
Navia-Porcía



Guadalajara: la ciudad que lo tiene todo, en cualquier época del año

Texto: Helena Carazo Ruiz - helenacarazo@hotmail.es



Historia viva,
gastronomía
auténtica, natu-
raleza accesible
y una agenda
cultural que no
descansa. A
menos de una
hora de Madrid,
Guadalajara es
la escapada que
merece un lugar
propio en tu lis-
ta de destinos
imprescindibles.

Guadalajara es cercana, acogedora y llena de capas por descubrir, la capital alcarreña ofrece al viajero una combinación que no siempre es fácil de encontrar: patrimonio histórico de primer orden, propuestas culturales de alcance internacional, una gastronomía que arraiga en la tierra y espacios naturales que invitan a desacelerar. Todo ello en una ciudad que se recorre a pie, sin prisas y sin multitudes.

Un patrimonio que cuenta su propia historia

Caminar por las calles de Guadalajara es adentrarse en siglos de historia. El majestuoso Palacio del Infantado, emblema indiscutible de la ciudad, recibe al visitante con la espectacular fachada de puntas de diamante y la grandeza de su Patio de los Leones, donde el gótico tardío abraza los primeros destellos del Renacimiento. Mandado construir a finales del siglo XV por el segundo duque del Infantado como declaración en piedra de la supremacía de su linaje, es hoy uno de los grandes referentes de la arquitectura civil española.

Muy cerca de él aguardan otros tesoros de igual valor. La Capilla Luis de Lucena, conocida como

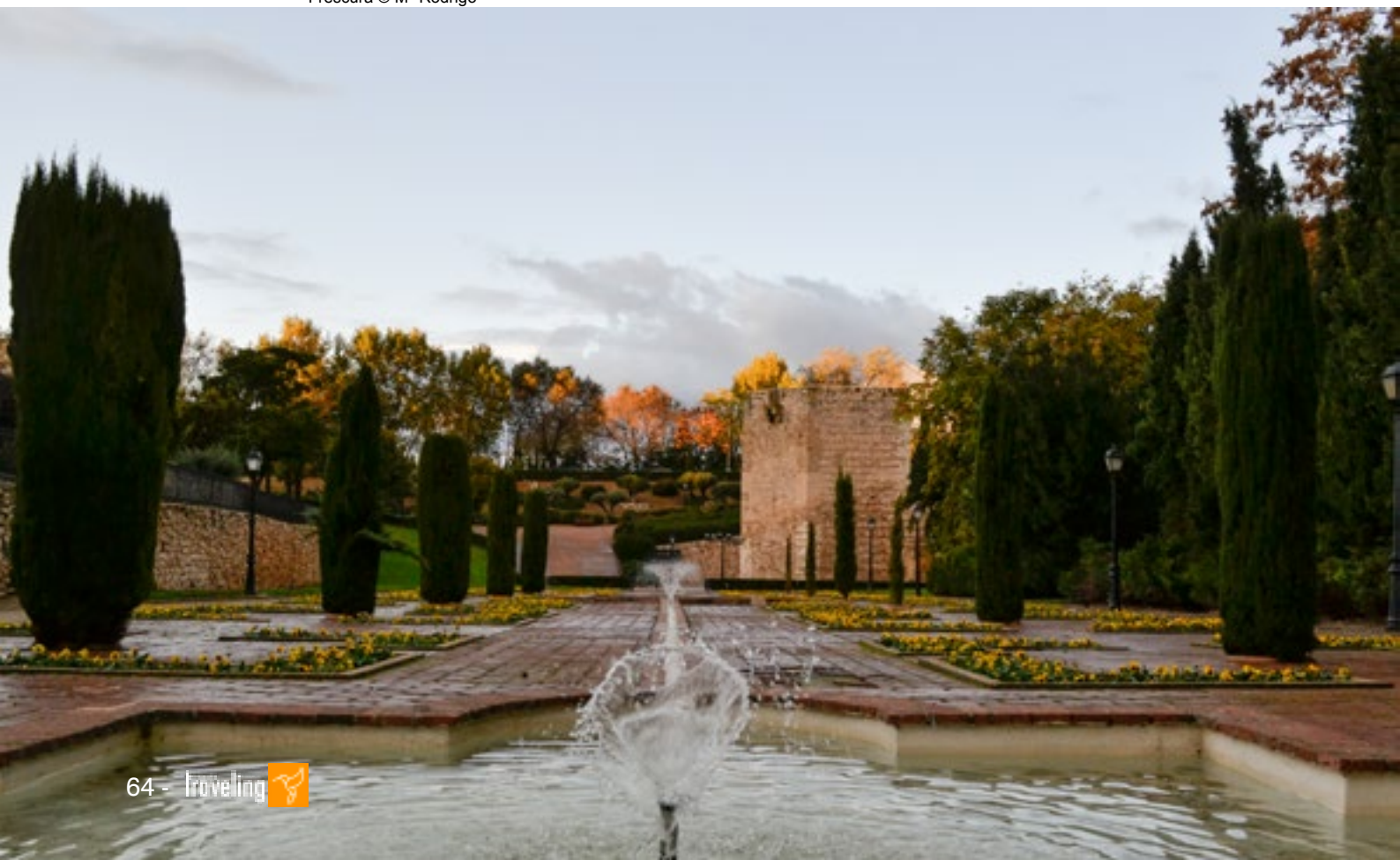
la pequeña Capilla Sixtina de Guadalajara, conserva un extraordinario programa iconográfico pintado por los artistas italianos Pietro Morone y Pietro de Montalbergo. La fascinante Cripta ducal de la familia Mendoza, ubicada bajo el altar de una antigua iglesia templaria, fue construida a semejanza de la de los Reyes en El Escorial. El Palacio de Antonio de Mendoza representa una de las primeras muestras del Renacimiento en Castilla, mientras que el Palacio de la Cotilla guarda en su interior una joya sin parangón: el Salón Chino, decorado con papel pintado sobre arroz de los talleres de la dinastía Qing, del que apenas se conservan equivalentes en todo Occidente. Cierra este recorrido la Fundación San Diego de Alcalá, presidida por el Panteón de la Condesa de la Vega del Pozo, de estilo bizantino y considerado uno de los panteones privados más imponentes del mundo por la calidad excepcional de sus materiales.

Una agenda cultural para todo el año

Guadalajara es una ciudad viva que convierte la cultura en una experiencia para todos los sentidos, con un calendario festivo que no deja ninguna estación sin propuesta de altura.

Cada mes de **junio** se transforma en la capital internacional de la narración oral gracias a su

Frescura © M^a Rodrigo





Palacio del Infantado © Adrián Loej

Antes o después de descubrir su patrimonio, Guadalajara invita a vivir la cultura los 365 días del año, con una agenda que convierte cada estación en una oportunidad para disfrutar de experiencias únicas.

Maratón de cuentos © Emilio Sanz



mítico **Maratón de Cuentos**. Desde 1992, este festival declarado de Interés Turístico Regional llena el Palacio del Infantado, sus plazas y sus rincones más emblemáticos durante más de cuarenta y ocho horas ininterrumpidas. Narradores de todo el mundo, vecinos y visitantes comparten historias en un ambiente que convierte la ciudad entera en un gran escenario. Una cita que hace tiempo dejó de ser solo un evento cultural para convertirse en seña de identidad de Guadalajara.

Con la llegada del **verano**, la música toma el relevo con el festival **Solsticio Folk**, una propuesta imprescindible para los amantes de la tradición, el folclore y la cultura popular. Artesanía, gastronomía, conciertos y actividades al aire libre crean un ambiente festivo que conquista a visitantes de todas las edades.

GUADALAJARA

El **otoño**, en cambio, tiene su propia magia. Las **Jornadas Mendocinas** ponen en valor el legado del linaje que construyó la ciudad tal y como la conocemos hoy. Y en vísperas de Todos los Santos llega el **Tenorio Mendocino**, una de las experiencias culturales más singulares y emotivas del centro de España. El grupo teatral Gentes de Guadalajara transforma el casco histórico en un escenario vivo: calles empedradas, patios de palacios y rincones medievales se convierten en el decorado natural de una representación al aire libre que fusiona literatura, patrimonio y emoción. El mito de Don Juan Tenorio cobra aquí una dimensión diferente, más íntima y más poderosa, cuando los actores interpretan entre muros que tienen siglos de historia. Es una noche que quienes la viven difícilmente olvidan. Los ciclos de Música Antigua y Guadalajara a la Luz de las Velas completan este otoño cultural con propuestas que convierten monumentos y plazas en escenarios de rara belleza.

Naturaleza en el corazón de la ciudad

Guadalajara es también una ciudad sorprendentemente verde. Su amplia red de parques y jardines la sitúa entre las capitales españolas con mayor proporción de espacios naturales por habitante. El Parque de la Concordia, el Parque de San Roque —con su colección de arbolado



Parque Tomás Beldad

El Tenorio Mendocino





Bizcochos Borrachos

singular— o la Ribera del Henares invitan a pasear, descansar y conectar con la naturaleza sin salir de la ciudad. El Zoo Municipal, referente en la recuperación de fauna autóctona, es uno de los planes favoritos de las familias visitantes.

Gastronomía que tiene sabor a tierra

Ningún viaje a Guadalajara estaría completo sin detenerse en su cocina. Una gastronomía auténtica y de raíces profundas que combina lo mejor del recetario castellano con la despensa privilegiada de La Alcarria. Las migas alcarreñas, los espárragos trigueros, los potajes de legumbres, las carnes de ternera serrana, el cordero y el cabrito aromatizados con el breve —el aliño de hierbas aromáticas propio de esta tierra— construyen una mesa generosa y memorable.

La repostería, heredera de la tradición árabe, tiene en el bizcocho borracho su embajador más reconocible: jugoso, aromático, bañado en almíbar con licor y capaz de conquistar desde el primer bocado. A su lado, la **miel de La Alcarria**, con Denominación de Origen y reputación internacional, y una nueva generación de productos —cervezas artesanas, vinos reconocidos, quesos, mermeladas de autor— que enriquecen una despensa local en constante evolución.

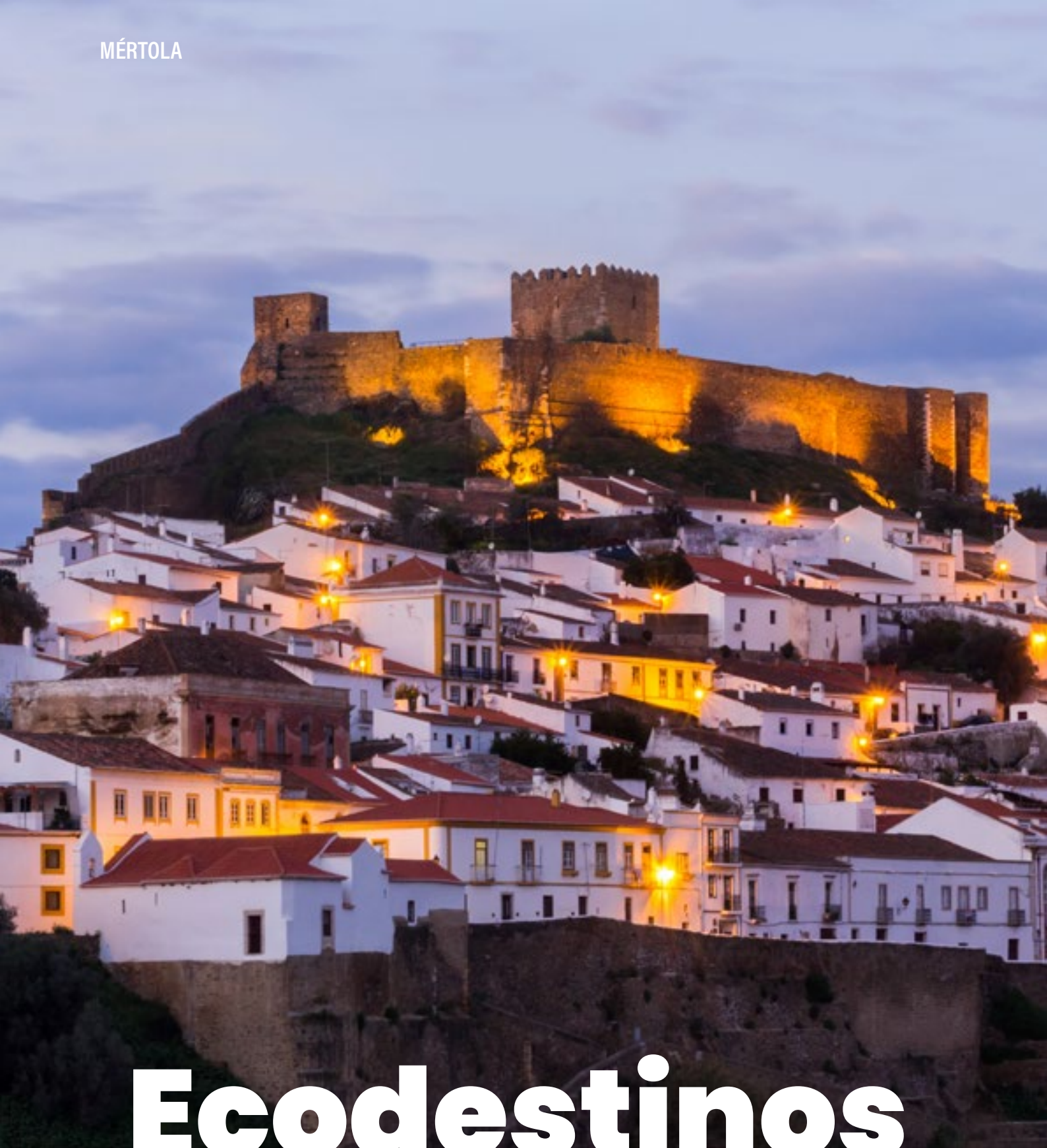
La restauración de la ciudad refleja este momento: establecimientos que trabajan con producto de proximidad, que cuidan el origen de cada ingrediente y que ofrecen tanto la cocina más arraigada como propuestas creativas que renuevan la tradición sin traicionarla. Y para quienes prefieran el formato más informal, tapear en Guadalajara es una experiencia en sí misma: hospitalidad alcarreña, buen vino de la tierra y pequeños bocados que resumen el carácter de la ciudad en cada mesa.

Una ciudad que deja huella

Cómoda, accesible, paseable y llena de encanto, Guadalajara es el destino perfecto para quienes buscan una escapada diferente. Una ciudad donde cada calle cuenta una historia, cada monumento guarda un secreto y cada visita deja, invariablemente, ganas de volver.

**Porque hay lugares que sorprenden una vez.
Guadalajara sorprende siempre.**





Ecodestinos Mértola

El Guadiana en voz baja

Texto: Diego Ruiz Gil - Fotografía: Archivo

Naturaleza, historia y vida lenta en el Alentejo más fronterizo

Mértola se alza sobre una loma del Bajo Alentejo, con el Guadiana a sus pies. La imagen es sencilla, pero explica bien el lugar. Durante siglos, el río dio vida a la villa: fue camino, frontera, puerto fluvial y ruta comercial hacia el sur de Portugal. Aún hoy resulta difícil comprender este rincón del Alentejo sin mirar antes al Guadiana, que aparece ancho o encajado según el tramo, marcando el paisaje y dando sentido a buena parte de su historia.

Estamos en el distrito de Beja, en una de las zonas más tranquilas del sur portugués, dentro del Parque Natural do Vale do Guadiana. Este espacio protegido abarca casi 70.000 hectáreas y se extiende por parte de los municipios de Mértola y Serpa, siguiendo el curso medio del río. No es un parque de grandes montañas ni de bosques espesos. Su atractivo va por otro lado: colinas suaves, llanuras abiertas, barrancos, encinares, matorral mediterráneo, caminos de tierra y un Guadiana que aparece y desaparece entre las rocas.

El paisaje refleja bien la sobriedad del Alentejo interior: tierra clara, horizontes amplios, pueblos pequeños y una luz que cambia mucho según la hora del día. En verano, el río cobra protagonismo. Las playas fluviales y las zonas de baño cercanas lo convierten en algo más que una presencia en el paisaje: también es descanso y una forma sencilla de disfrutar el territorio. El itinerario se adapta entonces al lugar: por la mañana, la villa y el parque natural; en las horas centrales, el agua; por la tarde, de nuevo las calles blancas, los miradores y la gastronomía.



Antigua mina de Cobre de Sao Domingos





Vista aérea de la playa fluvial y la antigua mina de cobre de Sao Domingos

Uno de los puntos más conocidos del parque es el Pulo do Lobo, donde el Guadiana se estrecha y cae entre las rocas. No hace falta presentarlo como una cascada espectacular. Su atractivo está en la fuerza del lugar y en la manera en que el agua ha ido abriéndose paso durante siglos. Allí se comprende mejor el carácter de esta parte del Alentejo: abierto, seco, austero y muy ligado al río.

La villa no se apoya únicamente en la naturaleza. Combina paisaje, historia y vida cotidiana sin que nada parezca forzado. Se recorre subiendo y bajando por calles estrechas, entre fachadas encaladas, pequeñas plazas, puertas sencillas y miradores sobre el Guadiana. La iglesia matriz conserva la memoria de la antigua mezquita sobre la que fue construida, y los vestigios de otras épocas siguen presentes en la piedra, en el trazado urbano y en esa posición estratégica, siempre atenta al río.

La huella islámica es fundamental para entender la localidad. El Museo de Mértola no se limita a un solo edificio, sino que funciona como una red de pequeños núcleos repartidos por la villa y el municipio. Entre ellos están los dedicados al arte islámico, la casa romana, la basílica paleocristiana, el arte sacro, la antigua mezquita convertida en iglesia matriz, la alcazaba, la tejeduría y la forja. Esta forma de museo disperso encaja muy bien con el lugar: no separa las piezas de la ciudad, sino que invita a descubrirla caminando.

Torre do Relgio



Como ecodestino, este rincón del Bajo Alentejo conviene por su escala razonable. No necesita grandes infraestructuras ni una puesta en escena añadida. Cuenta con una villa pequeña, un río, un parque natural, patrimonio bien explicado y caminos que permiten acercarse al entorno sin convertirlo todo en espectáculo. El viaje puede hacerse de manera sencilla: alojarse en casas rurales, recorrer el casco histórico a pie, visitar algunos núcleos museológicos, acercarse al Guadiana y terminar el día con una cena alentejana.

Esa sencillez no significa que falten cosas por hacer. Más bien indica que no hace falta llenar cada hora. El lugar invita a bajar hacia el río, explorar algún yacimiento arqueológico, seguir un sendero o detenerse en una plaza al atardecer. Hay destinos que se consumen rápido porque lo enseñan todo de una vez. Aquí ocurre casi lo contrario: el viajero va descubriendo el lugar poco a poco.

El entorno también resulta interesante para la observación de aves y para quienes buscan una naturaleza mediterránea. No hace falta ser especialista para apreciar el valor de este territorio. El río, los arroyos, los valles, las zonas de matorral, los campos abiertos y la vida rural conforman un paisaje muy reconocible del sur portugués. Conviene recorrerlo entendiendo que su atractivo está en lo que ya es, no en lo que podría parecerse a otros destinos más conocidos.

La gastronomía acompaña bien el viaje. En el Bajo Alentejo mandan el pan, el aceite, las hierbas aromáticas, el queso, los embutidos, el porco preto y una cocina de raíz campesina. En la mesa pueden aparecer una açorda à alentejana, sencilla y aromática, unas migas con carne de cerdo, un ensopado de borrego, un cozido de grão o, en los meses de calor, un gaspacho alentejano. Junto al Guadiana también tienen sentido las recetas de pescado de río, las caldeiradas y algunos platos de caza, siempre ligados a la temporada.

La visita puede realizarse en dos o tres días. El primero se dedica a la villa: la iglesia, algunos núcleos del museo, las calles y los miradores. El segundo, al Parque Natural do Vale do Guadiana, el Pulo do Lobo y algún tramo junto al río. Y un tercero, si el viaje lo permite, para bajar el ritmo: volver a una calle, sentarse a la sombra, acercarse a una playa fluvial o dejar que la tarde caiga sobre las casas blancas.

No es un destino que busque impresionar a primera vista. Su interés está en la relación entre la villa y el Guadiana, en las calles blancas, en el paisaje abierto del parque natural y en esa manera discreta de estar en el territorio. Mértola no intenta parecer más de lo que es. Y quizá por eso se recuerda.

Iglesia de Nuestra Señora de la Anunciación





La Sagrada Familia

Laboratorio vivo de arquitectura

Texto: Rosario Alonso Fotografía: Rosario Alonso y archivo

Enterar en La Sagrada Familia no es llegar, levantar la cámara y marcharse. Ante ella conviene detenerse un poco, aceptar el ruido de Barcelona, el paso de los grupos, la impaciencia de las colas, y mirar. Mirar de verdad. Porque la gran obra de Antoni Gaudí no es solo un templo ni un icono turístico. Es una lección de arquitectura escrita durante casi siglo y medio, una obra que ha crecido al ritmo de la ciudad y que, todavía hoy, obliga a preguntarse qué significa construir algo destinado a durar.

La historia comenzó el 19 de marzo de 1882, cuando se colocó la primera piedra del templo, según el proyecto inicial del arquitecto Francisco de Paula del Villar. Un año después, en 1883, Antoni Gaudí asumió la dirección de la obra y transformó por completo su destino. Lo que pudo haber sido una iglesia neogótica más se convirtió en una arquitectura sin comparación sencilla, nacida de la fe, de la observación de la naturaleza y de una manera casi artesanal de entender la construcción. La propia basílica recuerda que cinco generaciones han visto avanzar el templo desde entonces, más de 140 años después de aquella primera piedra.

Gaudí no levantó la Sagrada Familia como quien diseña un monumento aislado. La pensó como un organismo. En ella, las columnas no son simples soportes: se abren como troncos que buscan la luz. Las bóvedas no pesan, ascienden. Las fachadas no decoran, narran. Todo parece responder a una lógica interior, como si el edificio hubiese nacido de una ley natural más que de una mesa de dibujo. El arquitecto estudió geometrías complejas, formas regladas, hiperboloides, paraboloides y soluciones estructurales que permitían liberar el espacio y elevarlo sin perder equilibrio. La modernidad de la Sagrada Familia no está en parecer moderna, sino en haberlo sido desde dentro.

Esa es quizá una de sus grandes paradojas. La Sagrada Familia es una obra profundamente antigua en su aspiración y, al mismo tiempo, radicalmente contemporánea en su lenguaje. Antigua porque pertenece

a la tradición de los grandes templos europeos, esas construcciones que no se levantaban para una generación, sino para muchas. Contemporánea porque no ha dejado de incorporar nuevas técnicas, nuevos métodos de cálculo, nuevos sistemas constructivos y una organización de obra que ya poco tiene que ver con la del tiempo de Gaudí. Sin embargo, la pregunta esencial sigue siendo la misma: cómo continuar una obra sin traicionar su espíritu.

La Fachada del Nacimiento iniciada en vida de Gaudí, conserva esa fuerza primera de la obra concebida casi como un canto de piedra. Es la parte más próxima a su mano y a su sensibilidad. Allí la arquitectura parece brotar, no componerse. Las figuras, los animales, las plantas, los símbolos religiosos y los detalles de la naturaleza forman una superficie viva, exuberante, a veces desbordante. No hay frialdad académica. Hay relato, fervor y oficio. Junto con la cripta, esta fachada forma parte de los elementos de la Sagrada Familia incluidos en la inscripción de la UNESCO dentro del conjunto "Obras de Antoni Gaudí".

Muy distinta es la **Fachada de la Pasión**, más severa, más desnuda, marcada por líneas duras y una expresividad contenida. Su lenguaje ha generado opiniones enfrentadas, como casi todo en la historia del templo.

Pero esa tensión también forma parte de la Sagrada Familia. No estamos ante un edificio congelado en una fecha, sino ante una obra que ha seguido viva tras la muerte de su autor.

Escultura de la Coronación de María



Esculturas de la fachada de la Pasión



LA SAGRADA FAMILIA

Y toda obra viva provoca discusión.

La arquitectura, cuando importa, rara vez deja indiferente.

Gaudí murió el 10 de junio de 1926, después de ser atropellado por un tranvía en Barcelona. Tenía 73 años. Su muerte, tantas veces contada, conserva algo de parábola: el arquitecto que había entregado sus últimos años al templo fue confundido en un primer momento con un mendigo. Fue enterrado en la cripta de la Sagrada Familia, allí donde su obra seguía abierta, inacabada, esperando a otros. En 2026 se cumple el centenario de su muerte, una fecha que convierte el año en un momento especialmente simbólico para Barcelona y para la basílica.

Ese simbolismo se acentúa con la torre de Jesucristo, la torre central y más alta del conjunto. La Sagrada Familia ha situado su altura final en 172,5 metros, coronada por una cruz de cuatro brazos. La inauguración y bendición de la torre, el 10 de junio de 2026, coincide con el centenario de la muerte de Gaudí. No es un dato menor: el templo alcanza así uno de los hitos más esperados de su larga construcción y modifica de nuevo la silueta de Barcelona. Conviene detenerse en esa altura. Gaudí no quiso que su templo superara la montaña de Montjuïc. La arquitectura, para él,



Fachada del Nacimiento

Fachada de la Pasión



no debía competir con la creación. Esa idea, que hoy puede sonar casi ingenua en una época de rascacielos, rankings y gestos de poder, contiene una lección de humildad. La Sagrada Familia se eleva muchísimo, pero no pretende dominarlo todo. Quiere señalarse, no imponerse. Quiere conducir la mirada hacia arriba, no aplastar la ciudad que la rodea.

Y ahí aparece otro asunto esencial: la relación entre la basílica y Barcelona. La Sagrada Familia nació en un entorno muy distinto al actual, en el antiguo municipio de Sant Martí de Provençals, cuando el Eixample todavía estaba escribiendo su futuro. Con el paso del tiempo, el templo ha quedado rodeado por la ciudad moderna, por viviendas, comercios, tráfico, visitantes, vecinos y debates urbanos. Hoy no se puede hablar de la Sagrada Familia sin hablar también de la presión turística, del espacio público, de la movilidad y de la convivencia con el barrio.

Pero La Sagrada Familia encaja también en una sección de Diseño y Arquitectura. No es solo una obra maestra contemplada desde la distancia. Es un edificio en uso, en construcción y en discusión. Es patrimonio, pero también ciudad cotidiana. Es símbolo religioso, pero también icono cultural. Es una postal universal, pero al mismo tiempo un problema urbano concreto, con calles, vecinos, accesos y decisiones pendientes. La arquitectura verdadera siempre acaba tocando la vida diaria.

La Fachada de la Gloria, aún en desarrollo, concentra buena parte de ese debate. Concebida como la entrada principal del templo, está llamada a completar el gran relato teológico y arquitectónico de la basílica. Pero su desarrollo implica cuestiones urbanas delicadas, especialmente en el entorno inmediato. La Sagrada Familia no se termina en un papel; se termina en una ciudad real. Y esa diferencia es fundamental.



Torre de Jesús coronada por la cruz

La Sagrada Familia no se entiende con prisa. Hay que levantar la vista y dejar que la luz resbale por las columnas y ordene el espacio





Interior de la Sagrada Familia

Todo proyecto que aspira a la grandeza debe medirse también con las consecuencias de su realización.

Lo admirable es que, pese a todas las controversias, la Sagrada Familia sigue generando una emoción difícil de explicar. Su interior conserva una de las experiencias espaciales más poderosas de la arquitectura europea contemporánea. Al entrar, el visitante no tiene la sensación de penetrar en una iglesia oscura, sino en un bosque luminoso. La luz atraviesa las vidrieras y colorea la piedra con una intensidad que cambia según la hora del día. Hay mañanas más frías, tardes doradas, instantes en los que el espacio parece teñirse de azul, verde, naranja o rojo. Gaudí entendió que la luz no era un añadido decorativo, sino materia de arquitectura.

También entendió el valor del detalle. En una época que tiende a simplificarlo todo, la Sagrada Familia recuerda la dignidad del trabajo lento. Detrás de cada piedra, de cada pieza escultórica, de cada solución técnica, hay una cadena de oficios. Arquitectos, aparejadores, escultores, modelistas, artesanos, ingenieros y trabajadores de obra han prolongado un proyecto que ya no pertenece a una sola mano. Esa continuidad colectiva no disminuye a Gaudí; al contrario, confirma la potencia de su visión. Solo las grandes ideas permiten que otros sigan trabajando en ellas sin agotarlas.

La Sagrada Familia plantea, además, una cuestión incómoda y hermosa: ¿cuándo está terminada una obra? Hay edificios que se inauguran y quedan cerrados. Este, en cambio, ha hecho de su propia construcción una parte de su identidad. Durante décadas, Barcelona ha convivido

con grúas, andamios, talleres y nuevas fases de obra. Muchos la han conocido siempre inacabada. Para algunos, esa condición formaba parte de su misterio. Para otros, era una deuda pendiente. En cualquier caso, el avance de las torres centrales marca el final de una etapa y abre otra mirada: la de una Sagrada Familia más próxima a su culminación arquitectónica, aunque todavía con trabajos pendientes.

No hay que olvidar su condición de templo expiatorio. La Sagrada Familia no nació como una operación de Estado ni como un encargo cortesano. Su origen está vinculado a la iniciativa privada y a la devoción popular. Esa raíz explica parte de su singularidad. A diferencia de muchas grandes catedrales europeas, la basílica barcelonesa pertenece a una modernidad urbana, burguesa y popular a la vez. No mira a la Edad Media para copiarla, sino para reinterpretar una ambición: construir un edificio que dé sentido al tiempo.

Quizá por eso sigue interesando incluso a quienes no se acercan a ella desde la fe. La Sagrada Familia habla de arquitectura, de belleza, de paciencia, de transmisión y de límite. Habla de un tiempo largo que nuestra época apenas soporta. Hoy casi todo nace con fecha de caducidad; la basílica, en cambio, recuerda que algunas obras necesitan generaciones. No por ineficacia, sino porque su escala pertenece a otra forma de entender la vida.

En la Barcelona actual, tantas veces acelerada, discutida y observada por el mundo, la Sagrada Familia mantiene una autoridad extraña. No es una autoridad

silenciosa, porque el templo convoca multitudes. Pero sí una autoridad profunda. Está ahí, por encima del ruido, obligando a levantar la vista. Su perfil ya forma parte de la memoria visual de la ciudad, como el mar, la montaña, el Eixample o las chimeneas modernistas. Pero a diferencia de otros iconos, no se agota en una imagen. Cuanto más se mira, más preguntas abre.

Por eso la Sagrada Familia no es una postal de Barcelona, sino un relato de una gran historia de diseño, arquitectura y cultura. Es una obra donde el pasado no se conserva muerto, sino activo. Donde la tradición no impide la innovación. Donde el oficio manual convive con la tecnología. Donde la fe se transforma en estructura, la naturaleza en geometría y la ciudad en escenario inevitable.

Gaudí dejó una obra inacabada, pero no dejó una obra muda. La Sagrada Familia sigue hablando. Habla en sus fachadas, en sus columnas, en sus torres y en esa luz interior que parece venir de algún lugar anterior a la arquitectura. En 2026, cuando el centenario de su muerte ha vuelto a situarla en el centro de la atención internacional, convendrá recordar: la importancia de la Sagrada Familia no está solo en que avance hacia su final, sino en que todavía nos enseña a mirar.



Detalle de la Fachada de la Pasión





48

Horas en Lovaina

La ciudad belga donde la historia todavía camina con mochila de estudiante

Texto: Rosario Alonso - Fotografía: Visit Flanders

A media hora de Bruselas, esta ciudad flamenca conserva algo que muchas capitales han perdido: la sensación de que cada piedra tiene una edad distinta y, al mismo tiempo, una utilidad presente. Aquí el gótico no es decorado, la universidad no es solo una institución y la cerveza no es un reclamo turístico más. Todo forma parte de una misma manera de vivir: culta, joven, tranquila, profundamente europea.

La mejor forma de recorrer Lovaina en 48 horas es hacerlo a pie, siguiendo el pulso natural de la ciudad. Primero, el corazón histórico. Después, la Lovaina universitaria. Más tarde, los barrios de retiro, los jardines, el arte contemporáneo y esa vida de terrazas que aparece cuando cae la tarde.

Día 1. Del gótico civil al alma universitaria

El viaje debe comenzar en la **Grote Markt**, la gran plaza histórica. Frente al visitante se alza el **Ayuntamiento**, una de las joyas del gótico brabantino, con su fachada minuciosa, casi de encaje en piedra, donde santos, nobles y figuras históricas parecen vigilar la vida diaria de la ciudad. No es un edificio para pasar deprisa. Conviene mirarlo desde lejos, luego acercarse, perderse en sus detalles y entender por qué Lovaina ha sabido convertir su patrimonio en una presencia cotidiana.

A pocos pasos se encuentra la **iglesia de San Pedro**, iglesia magistral no catedral (solo hay otra en Europa, la de Alcalá de Henarés) inseparable de la plaza y de la vieja identidad urbana. Su sobriedad exterior contrasta con el valor artístico de su interior, donde la ciudad recuerda su vínculo con los maestros flamencos y con una devoción que durante siglos ordenó el tiempo, el comercio y la vida social. Lovaina no fue solo una ciudad universitaria; fue también un centro espiritual y artesanal, una comunidad construida alrededor de sus campanas, sus gremios y sus plazas.

Desde la Grote Markt el paseo debe avanzar hacia la **Oude Markt**, la plaza más festiva de la ciudad.

Ayuntamiento y la Catedral © KEV&CAM



College De Valk © Karl Bruninx

DÍA 1
Grote Markt, Ayuntamiento gótico e iglesia de San Pedro abren la ruta. Después, cafés en la Oude Markt y visita a la KU Leuven y su Biblioteca Universitaria



LOVAINA

Desde la Grote Markt el paseo debe avanzar hacia la Oude Markt, la plaza más festiva de la ciudad. Se la conoce como “la barra más larga de Europa” por la concentración de cafés, bares y terrazas que la ocupan. La expresión puede sonar exagerada, pero al caer la tarde se entiende perfectamente: estudiantes, vecinos y viajeros llenan la plaza con una naturalidad que no tiene nada de postal preparada. Es la Lovaina actual, joven y convivencial, sentada frente a una cerveza, pero todavía rodeada de fachadas antiguas.

Después conviene encaminarse hacia el mundo universitario. Lovaina no se entiende sin su universidad. La actual KU Leuven hunde su origen en 1425, cuando el papa Martín V autorizó su fundación mediante una bula pontificia, con el apoyo de la ciudad y del duque Juan IV de Brabante. Seis siglos después, esa raíz sigue marcando el carácter de la ciudad: calles llenas de bicicletas, librerías, facultades, bibliotecas, residencias y una juventud que no rompe con el pasado, sino que lo ocupa. La parada imprescindible es la Biblioteca Universitaria, en la Ladeuzeplein. Su silueta poderosa recuerda una historia más reciente y dolorosa: la destrucción sufrida por Lovaina en el siglo XX y la capacidad de la ciudad para reconstruirse sin renunciar a la memoria. Tras la destrucción de la antigua biblioteca en la Primera Guerra Mundial, se reconstruyó entre 1921 y 1928 en estilo neorrenacentista con financiación estadounidense. Subir a su torre, cuando la visita lo permite, ofrece una vista completa del trazado urbano: tejados, agujas, plazas, patios universitarios y esa escala amable que hace de Lovaina una ciudad



Ladeuze (Biblioteca) © Stad Leuven-Jan Crab





Grote Markt, © Stad Leuven-Jan Crab

DÍA 2

El Gran Beaterio abre la jornada con calles empedradas, canales y casas de ladrillo. Después, el Jardín Botánico, el M Museum Leuven y, si hay tiempo, la Abadía de Park. El día puede terminar con una cerveza, parte esencial de la vida local.

Se la conoce como “la barra más larga de Europa” por la concentración de cafés, bares y terrazas que la ocupan. La expresión puede sonar exagerada, pero al caer la tarde se entiende perfectamente: estudiantes, vecinos y viajeros llenan la plaza con una naturalidad que no tiene nada de postal preparada. Es la Lovaina actual, joven y convivencial, sentada frente a una cerveza, pero todavía rodeada de fachadas antiguas.

Después conviene encaminarse hacia el mundo universitario. Lovaina no se entiende sin su **universidad**. La actual **KU Leuven** hunde su origen en 1425, cuando el papa Martín V autorizó su fundación mediante una bula pontificia, con el apoyo de la ciudad y del duque Juan IV de Brabante. Seis siglos después, esa raíz sigue marcando el carácter de la ciudad: calles llenas de bicicletas, librerías, facultades, bibliotecas, residencias y una juventud que no rompe con el pasado, sino que lo ocupa.

La parada imprescindible es la **Biblioteca Universitaria**, en la Ladeuzeplein. Su silueta poderosa recuerda una historia más reciente y dolorosa: la destrucción sufrida por Lovaina en el siglo XX y la capacidad de la ciudad para reconstruirse sin renunciar a la memoria. Tras la destrucción de la antigua biblioteca en la Primera Guerra Mundial, se reconstruyó entre 1921 y 1928 en estilo neorenacentista con financiación estadounidense.

Subir a su torre, cuando la visita lo permite, ofrece una vista completa del trazado urbano: tejados, agujas, plazas, patios universitarios y esa escala amable que hace de Lovaina una ciudad perfecta para caminar.

La primera jornada puede terminar regresando lentamente hacia el centro. Lovaina, al contrario que otras ciudades monumentales, no se agota en el horario de visita. Su patrimonio se prolonga en la mesa, en la conversación y en el ambiente de sus cafés.

Día 2. Beguinajes, jardines y la Lovaina más serena

El segundo día puede comenzar en uno de los lugares más hermosos de Flandes: el **Gran Beaterio** o Groot Begijnhof. Está al sur del centro histórico y conviene llegar caminando, sin prisa, como quien se aparta poco a poco del bullicio. El conjunto fue reconocido por la UNESCO en 1998 junto a otros beaterios flamencos, y además puede visitarse libremente.

El beaterio nació como comunidad de mujeres religiosas que vivían al margen de las estructuras monásticas tradicionales. En Lovaina, el beaterio surge entre calles empedradas, casas de ladrillo, puentes y pequeños canales que conservan una atmósfera recogida, casi intacta. La KU Leuven sitúa sus orígenes hacia 1232, junto al



Canales del Beaterio © Karl Bruninx
Abadía del Parque © Van Park

río Dijle, fuera de las antiguas murallas. La **iglesia de San Juan Bautista**, cuya construcción comenzó en 1305, es uno de sus edificios más antiguos.

Hoy el Gran Beaterio forma parte de la vida universitaria y residencial, lo que le da una belleza poco frecuente: no es un decorado congelado, sino un barrio histórico habitado, fundamentalmente por profesores universitarios y en cuya iglesia los alumnos pueden contraer matrimonio. Ese equilibrio resume muy bien a Lovaina. La ciudad no ha elegido entre pasado y presente. Ha preferido coserlos con armonía.

Desde allí, el recorrido puede continuar hacia el **Jardín Botánico**, el Kruidtuin. Es el jardín botánico más antiguo de Bélgica, creado por la universidad en 1738 para los estudiantes de medicina. La visita cambia el ritmo del viaje: después del gótico, la plaza y la piedra, aparecen los invernaderos, las plantas medicinales, los senderos y una calma doméstica que permite entender otra faceta de la ciudad. Lovaina fue también conocimiento práctico, ciencia aplicada, observación de la naturaleza.

La siguiente parada natural es **M-Museum Leuven**, el museo que une arte antiguo y creación contemporánea. Su colección va de los maestros antiguos a los artistas actuales, con una lectura que no separa la herencia histórica de las preguntas del presente. Es una visita muy adecuada para comprender la Lovaina cultural de hoy: una ciudad que conserva, pero que no se limita a conservar, sigue creando.



Por la tarde, si el tiempo acompaña, merece la pena salir hacia la **Abadía del Parque (Park Abbey)**, en las afueras. Se trata de uno de los conjuntos abaciales mejor conservados de Europa, rodeado de avenidas, prados, estanques y espacios vinculados a la orden norbertina. Sus salas históricas restauradas, su impresionante biblioteca y el claustro permiten cerrar el viaje a una Lovaina más silenciosa, rural casi, donde el paisaje suaviza la densidad histórica del centro.

El regreso a la ciudad debe terminar, inevitablemente, con cerveza. Lovaina está ligada a **Stella Artois**, cuya elaboración en la ciudad se remonta a 1926, aunque la tradición cervecera local se asocia a la antigua cervecería Den Hoorn y a varios siglos de historia. Más allá de la marca, lo interesante es ver cómo la cultura de la

cerveza forma parte del tejido urbano: no como espectáculo, sino como una costumbre social heredada.

En 48 horas, Lovaina deja una impresión clara: es una ciudad pequeña con una profundidad inesperada. Tiene ayuntamiento gótico, iglesias, universidad, biblioteca, beaterio, jardín botánico, museo, abadía y plazas vivas. Pero su verdadero atractivo está en la continuidad entre todos esos lugares. Cada parada parece conducir a la siguiente sin ruptura. *La Edad Media se cruza con la bicicleta; la universidad con la terraza; el silencio del beaterio con la energía estudiantil; la cerveza con la conversación.*

Lovaina es, en el fondo, una ciudad de proporciones humanas. Se recorre andando, se comprende despacio y permanece en el recuerdo.



Estatua de Fonske, obra de Jef Claerhout de 1975, representa a Fons Sapientiae, un estudiante que se llena la cabeza de sabiduría.

Apuntes para el viaje

CÓMO LLEGAR

La opción del avión destino Bruselas es sin duda la mejor, unas 2 horas y 20 minutos si vuelas desde Madrid; y una vez allí, el tren, con varias frecuencias por hora, es también perfecto, el trayecto desde el aeropuerto es inferior a los 20 minutos.

ALOJAMIENTO

El PARK INN HOTEL, a pocos pasos de la Estación Central ofrece un alojamiento céntrico, a poquísimos minutos del centro histórico. Con 133 habitaciones y decoración de estilo moderno, además de certificación ECO, es una opción sin duda perfecta para explorar la ciudad y sus alrededores.

DÓNDE COMER / CENAR

La oferta gastronómica de Lovaina es variadísima y de gran calidad. Muy enfocada en la proximidad y en la estacionalidad es maridada con maestría con su extensa oferta cervecera, y es aquí donde las cervezas artesanales ganan la partida.

Podemos comer en GLORIA (Arnould Nobelstraat,50) donde la fusión de la cocina belga y la francesa con toques

mediterráneos y platos para compartir nos introducen en el ritmo de la ciudad belga; o también en DUDE KANTIEN (Haverlee) una brasserie belga en el histórico recinto del Castillo de Arenberg, una granja magníficamente restaurada con terraza y salón que ofrece una cocina contemporánea de los mejores productos frescos y de temporada de la región.

Para cenar BAR LOUIS (Grote Markt 2) es muy recomendable, y no solo por su brasserie y coctelería, sino por su ubicación, en plena plaza del Mercado, con una terraza con vistas al magnífico Ayuntamiento de la ciudad. De su exquisita carta destacamos su Tuna Tataki o la Louis Burger. Pero sin duda HOP GASTROBAR (Vaartkom 1ª) es un imprescindible para los amantes de la buena gastronomía belga. Ubicado en la zona portuaria de Vaartkom, el chef Bram Verbeken nos ofrece una gastronomía de gran nivel en un ambiente relajado con maridajes excepcionales con cervezas artesanales y vinos naturales. Un menú fijo de 5 platos, con productos locales y de temporada, que no te puedes perder.



Canillo

Cuando la montaña se viste de verano

Senderos, valles de montaña, románico y terapia con abejas en una parroquia que cambia de rostro cuando desaparece la nieve.

Texto y fotografía: Jose A. Muñoz



ANDORRA

Canillo suele llegar a la imaginación vestido de invierno, con Grandvalira, remontes y pistas de nieve. Pero cuando desaparece el blanco, la parroquia cambia de ritmo y aparece otro destino: más verde, más abierto, más pegado a la montaña. El verano aquí no tiene la prisa de los grandes lugares de paso. Invita a caminar, mirar, respirar y dejar que el Pirineo marque el día.

La base está en un territorio de pueblos pequeños, bordas, iglesias, carreteras que suben y bajan, y montañas que nunca se alejan. Canillo permite combinar actividades suaves con propuestas de cierta emoción, rutas familiares con senderos más largos, miradores con patrimonio románico y experiencias ligadas a oficios tradicionales. No hace falta elegir entre naturaleza y cultura. En esta parte de Andorra, una cosa suele llevar a la otra.

También hay una sensación de escala humana que favorece el viaje. Todo queda relativamente cerca, pero nada parece comprimido. Se puede empezar la mañana en un valle fresco, detenerse después ante una pequeña iglesia de piedra, comer sin prisas y terminar la tarde frente a un paisaje abierto, con el agua sonando cerca y la luz cayendo despacio sobre las laderas. Ese es quizá el mayor lujo de Canillo en verano: la sencillez.

Ntra. Sra. de Meritxell





El puente tibetano, suspendido entre montañas, en el centro una plataforma para hacer puenting

El Puente Tibetano y el Roc del Quer

Antes de entrar en los valles, Canillo propone dos paradas que ilustran bien su manera de mirar el paisaje desde la altura. El Puente Tibetano, situado en el paraje de la Vall del Riu, a más de 1.875 metros de altitud, cruza la montaña mediante una pasarela suspendida de 603 metros de longitud y apenas un metro de anchura. Su punto más alto alcanza los 158 metros sobre el terreno. Las cifras impresionan, desde luego, pero lo mejor llega al caminarlo. El valle queda abajo, el aire parece más limpio y cada paso obliga a mirar la montaña con otra atención.

Muy cerca, el Mirador del Roc del Quer ofrece una experiencia distinta, más breve pero igualmente intensa. Su pasarela se asoma al vacío, con parte del suelo transparente y una vista amplia de Canillo y de las laderas que lo rodean. No hace falta tener un espíritu de aventura extrema para disfrutarlo. Basta con asomarse, detenerse un momento y entender por qué en Andorra el paisaje no se contempla solo desde abajo.

Vista del Mirador del Roc del Quer y al final la escultura de el Pensador o "El Gigante del Roc del Quer". Es obra del artista Miguel Ángel González



El valle de Incles

El valle de Incles es una de las mejores razones para viajar a Canillo en verano. Situado entre El Tarter y Soldeu, conserva una belleza sencilla: prados abiertos, bordas de piedra y madera, agua clara y montañas que cierran el horizonte sin resultar pesadas. Conviene llegar temprano, cuando todavía hay poca gente y el valle mantiene ese silencio de primera hora que tanto favorece a la montaña.

Una ruta muy agradecida es el camino del Obac d'Incles, fácil y familiar, de algo menos de tres kilómetros. Sigue el curso del río hasta el puente de la Baladosa y permite caminar sin convertir la excursión en una prueba deportiva. El sendero alterna tramos de sombra, pequeñas subidas y bajadas, paneles sobre antiguos oficios y vistas constantes al agua. Se habla de ganadería, pesca, agricultura o contrabando; de una economía de montaña que durante siglos dependió de aprovechar bien cada recurso.

Para quien quiera algo más exigente, desde el valle parten rutas hacia lagos y refugios como Juclà, Siscaró o Cabana Sorda. Son caminos de otro ritmo, más alpinos, con desnivel y jornadas que conviene preparar. Esa es una de las ventajas de Canillo: permite un paseo tranquilo en familia y, al día siguiente, una salida de montaña con más intención.



Verdes prados, pequeñas bordas, agua y caminos serpenteantes

Vista del Valle de Incles y el Pic d'Escobes, con una altitud de 2.779 metros



Las abejas y el wellness

La naturaleza también puede entenderse desde lo pequeño. Auténtic Abelles Experiències, proyecto apícola andorrano fundado en 2018, abre al visitante el mundo de las colmenas. No se trata solo de comprar miel, sino de acercarse a las abejas, conocer cómo se organizan y comprender el papel que desempeñan en el equilibrio del entorno. Es una experiencia poco habitual: tumbarse sobre colmenas activas, con más de 80.000 abejas trabajando bajo una estructura protegida, y dejarse envolver por el calor y el zumbido constante. Después, la experiencia continúa con la inhalación del aire de la colmena a través de mascarillas individuales, cargado de aromas de cera, miel y propóleo. No es una actividad de apicultura, sino una pausa sensorial ligada al pequeño mundo de las abejas.

Relajación sobre colmenas de abejas



Románico de montaña

Canillo no termina en la naturaleza. Su patrimonio románico ayuda a leer el territorio con otra profundidad, como si cada iglesia marcara un punto de orientación en el paisaje. Sant Joan de Caselles, a la salida de Canillo en dirección a Francia, es una de las iglesias románicas mejor conservadas de Andorra, fechada entre los siglos XI y XII. Su arquitectura conserva ese lenguaje pirenaico de piedra, nave sencilla, cubierta de madera, ábside semicircular y campanario lombardo, hecho para resistir inviernos largos y permanecer en pie sin alardes. En el interior destacan una imagen románica de Cristo en estuco, restos de pintura mural y un retablo del siglo XVI de notable valor artístico.

En el núcleo de Canillo, Sant Serni mantiene también una presencia esencial. Su campanario, de 28,5 metros, es el más alto del país y recuerda la importancia visual y social que estas iglesias tuvieron durante siglos, cuando el templo era mucho más que un lugar de culto: era referencia, refugio y centro de la vida común. A partir de ahí, la parroquia va dejando otras pequeñas piezas de arquitectura religiosa, más discretas pero igualmente ligadas al paisaje, como Sant Miquel de Prats, Sant Bartomeu de Soldeu, Sant Jaume de Ransol o Sant Pere del Tarter. No siempre se imponen por tamaño; lo hacen por situación, por sobriedad y por esa forma tan andorrana de unir piedra, montaña y memoria.

Muy cerca, el Santuario de Meritxell añade otra capa a la identidad del país. El edificio actual, obra de Ricardo Bofill tras el incendio de 1972, convive con la memoria del antiguo santuario y con la devoción a la patrona de Andorra. Pero esa nueva construcción, por su peso simbólico y arquitectónico, merece contarse aparte, con el espacio que exige una obra llamada a hablar no solo de Canillo, sino de toda Andorra.

Santuario antiguo de Ntra. Sra. de Meritxell





Sant Joan de Caselles en Canillo

Gastronomía de montaña

La mesa completa esa lectura de Canillo. En las bordas y restaurantes aparecen platos de raíz pirenaica como la escudella, el trinxat, las carnes a la brasa, los embutidos, los quesos, las setas de temporada o la trucha. Sabores sencillos, de clima y despensa, que encajan bien después de una ruta por Incles, de una mañana en los miradores o de una jornada al aire libre.

El verano en Canillo tiene algo de volver a lo esencial. Caminar por Incles, cruzar un puente colgante, mirar desde el Roc del Quer, acercarse a las abejas, sentarse a comer en una borda o entrar en una iglesia románica son formas distintas de contar el mismo lugar. Cuando se apagan los remontes de invierno, aparece otra Andorra: más lenta, más verde y muy pegada a la vida de montaña.



Iglesia de San Miquel de Prats



Cala Luna

Lujo y calma serena

Tamarindo – Costa Rica

Texto y fotos: Jose A. Muñoz

Preferred
HOTELS & RESORTS

Cala Luna está en Playa Langosta, a pocos minutos de Tamarindo, en Costa Rica, pero no tiene el ritmo de Tamarindo. Esa es una de sus ventajas. El hotel queda lo bastante cerca para salir a cenar, pasear o acercarse al ambiente de la zona, pero al volver todo cambia: caminos entre vegetación, jardines tropicales, habitaciones escondidas entre árboles y el sonido de los monos aulladores, que a veces se escucha incluso antes de verlos. No parece un alojamiento pensado para observar la naturaleza desde fuera, sino para convivir con ella con cierta calma.

El hotel forma parte de Preferred Hotels & Resorts y trabaja una idea de lujo tranquilo, muy propia de esta costa cuando se hace bien: comodidad, playa cercana, bienestar y una relación directa con el paisaje. La playa se alcanza caminando en pocos minutos, por senderos entre árboles. No es una postal impostada. Es Pacífico costarricense: mareas vivas, arena abierta, vegetación cerca y esas puestas de sol que explican por sí solas por qué tantos viajeros terminan alargando la tarde frente al mar, sin mirar demasiado el reloj. Aquí el día se estira con naturalidad, entre el rumor del agua y la sombra caliente de los árboles.

Lobby del hotel





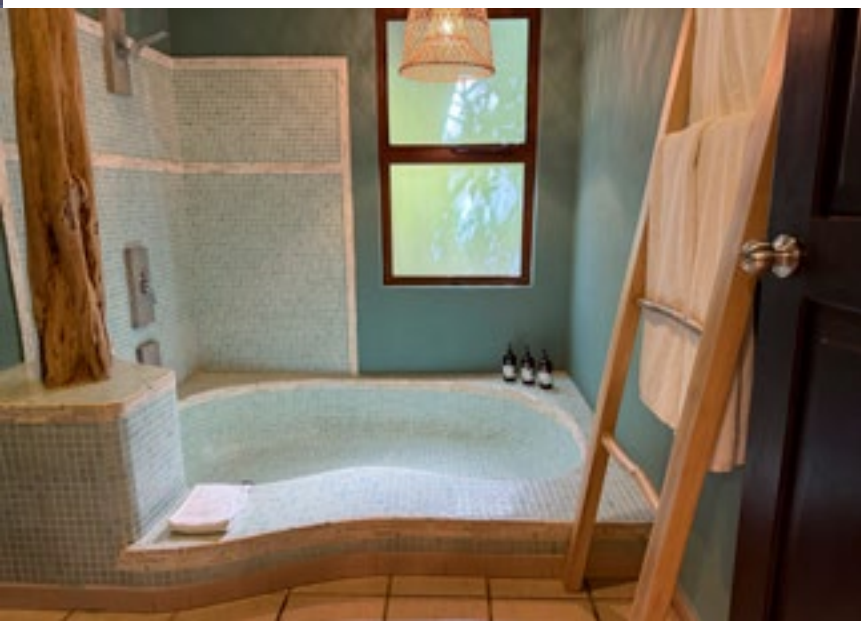
Las villas cuentan con piscina privada



Vereda hacia la playa



Habitación superior y la inmensa bañera, casi una piscina en los baños



LUGARES PARA SOÑAR

Habitaciones y villas

Cala Luna no se organiza como un gran hotel de playa. Las habitaciones y villas se encuentran distribuidas entre jardines y construcciones bajas, con privacidad y bastante silencio a su alrededor. Esa distribución ayuda mucho a que la estancia tenga un tono distinto. Uno no sale de la habitación directamente a un pasillo interminable, sino a un camino con plantas, pájaros, sombra y, a veces, monos moviéndose por las copas de los árboles.

Las habitaciones superiores y deluxe mantienen una línea cómoda, luminosa y sin exceso de decoración. Hay madera, tonos claros, terrazas y espacios exteriores, y baños amplios. En algunas habitaciones, la bañera tiene un tamaño generoso, casi de pequeña piscina, y se convierte en parte de la experiencia: un lugar para bajar el ritmo después de una mañana de playa, una excursión o una jornada de calor.

Las villas son el capítulo más amplio del hotel. Las hay de dos y tres dormitorios, pensadas para familias o para quienes viajan con amigos y buscan más independencia. Cuentan con salón, comedor, cocina equipada, terraza exterior y piscina privada. Funcionan casi como una casa dentro del hotel, con la ventaja de tener los servicios cerca, pero sin perder intimidad. En un destino como Guanacaste, donde el día puede organizarse entre playa, piscina, descanso y alguna salida, esa libertad se agradece mucho.

HOTEL CALA LUNA

Bienestar y vida al aire libre

El bienestar en Cala Luna no parece un añadido para completar el folleto. Tiene sentido dentro del lugar. El Lahari Wellness Center ofrece masajes, tratamientos corporales, exfoliaciones, aromaterapia, terapias de sonido, reiki, sesiones de yoga y propuestas más personalizadas. Todo encaja con el entorno: calor, vegetación, aire marino, silencio y esa manera costarricense de entender el descanso sin convertirlo en una ceremonia rígida.

Los tratamientos con barro, aceites, exfoliaciones y rituales corporales trabajan mucho esa relación con la tierra y con el cuerpo. No se trata solo de salir relajado, sino de entrar en otro ritmo. En Cala Luna el bienestar no depende únicamente de una cabina de spa. También está en caminar hasta la playa, en practicar yoga, en escuchar los sonidos del jardín por la mañana o en dejar pasar un rato sin mirar el reloj.

Las actividades acompañan esa misma idea. Desde el hotel se pueden organizar clases de yoga, experiencias de bienestar, paseos, actividades acuáticas, salidas por la zona y excursiones para conocer mejor Guanacaste. Pero lo mejor es que Cala Luna no obliga a llenar cada hora. Permite hacer planes, sí, pero también quedarse. En ocasiones, el verdadero lujo está en no tener demasiados compromisos.



Paseos a caballo por la playa o relajarse en una poza con la marea baja del Pacífico



Mesa, playa y monos

La gastronomía sigue la línea del hotel. Cala Luna Origen trabaja con productos frescos, ingredientes orgánicos y una relación cercana con La Senda, la finca familiar vinculada al proyecto. La cocina mira al territorio sin ponerse solemne: verduras, hierbas, frutas tropicales, pescados, platos ligeros, cócteles con botánicos y una manera de comer que encaja con el clima. Hay una preocupación clara por el origen de los productos, pero sin convertir cada plato en un discurso.

La playa cercana completa la estancia. Playa Langosta tiene un carácter más tranquilo que Tamarindo, con una belleza menos evidente quizá, pero más agradecida para quien busca silencio, luz y un Pacífico algo más salvaje. Allí, el mar no siempre invita al baño fácil; a veces manda la marea, otras, el oleaje. Pero eso forma parte de su atractivo. No es una playa puesta al servicio del hotel, sino un paisaje con vida propia.



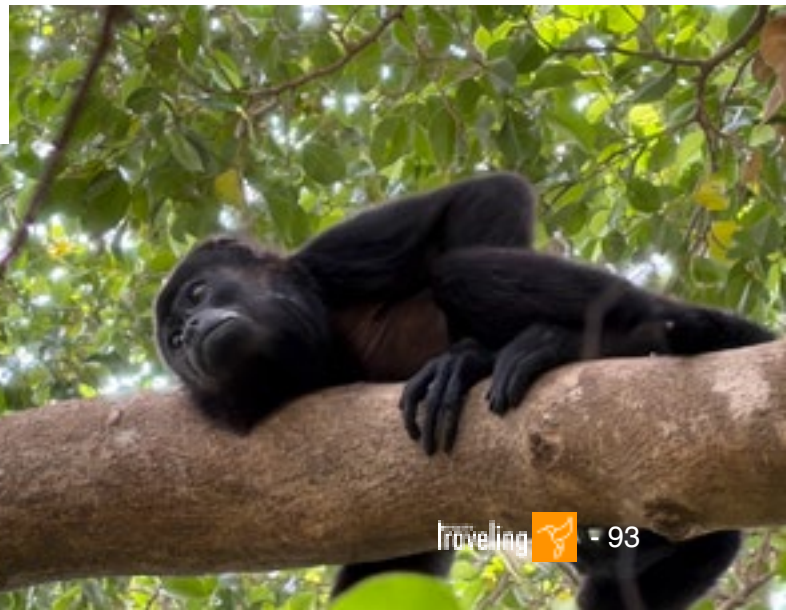
Deliciosos patacones con pico de gallo

Los monos también forman parte de la estancia. No aparecen cuando uno quiere, sino cuando toca: se oyen entre los árboles, cruzan por encima de los caminos, se quedan quietos unos segundos y vuelven a desaparecer entre las ramas. Para quien llega de fuera; esa presencia sorprende, pero para el hotel, es parte de su paisaje cotidiano. Cala Luna funciona bien porque no intenta imitar un lugar de lujo, sino que deja que la naturaleza esté presente. Al final, se recuerda por la habitación, la piscina, esa bañera de dimensiones casi exageradas, el spa, los cuencos orientales sonando, la playa y la puesta de sol, que es única, o la gastronomía, que es toda de kilómetro cero, proviene de la finca que tienen llamada La Senda, de la que hablaremos en otro número. Pero también esos momentos inesperados en que uno levanta la vista y ve a los monos moverse entre los árboles.



Porche de las habitaciones con hamaca y columpio

Monos aulladores



**Hotel
Cala Luna**



Hotel Catalonia Donosti

Un hotel panorámico, histórico y contemporáneo

Texto y fotos: Manena Munar - manena.munar@gmail.com

Se accede por un edificio moderno en lo alto del monte y se sale por un convento en el centro de la ciudad. La ubicación estratégica es uno de los muchos motivos para alojarse en este hotel, que ostenta el distinguido sello de Preferred Hotels & Resorts.

Preferred
HOTELS & RESORTS

Piscina en la terraza del hotel con vistas a La Concha





Fachada nueva del Hotel Catalonia Donosti

El Catalonia Donosti juega con dos tiempos: la arquitectura contemporánea de su fachada sur y la memoria del antiguo convento de San Bartolomé, del siglo XVIII, conservada en su fachada norte. Entre ambas, el hotel construye un interior elegante, de aire inglés, donde los tejidos nobles, los tonos tierra y los guiños a La Concha dialogan con los muros históricos

Al hotel Catalonia Donosti se llega subiendo la cuesta de la colina de San Bartolomé. Una vez arriba y tras aparcar el coche en el aparcamiento del hotel, se entra a un edificio moderno que acoge la fachada sur del Catalonia Donosti. Su interior, estilo inglés, con muebles de la empresa Martínez Otero, se viste con tejidos de seda, lino y terciopelo en suaves tonos tierra y beige. En la mayoría de sus 128 habitaciones, los cabeceros de las camas son de cuero que, junto con las mantas de tartán, crean un ambiente elegante, de estilo escocés. De las paredes sobresalen muros antiguos y se suceden ornamentaciones con referencias geométricas que recuerdan a la balaustrada de la playa de La Concha. Mientras que las puertas, acústicas, cortafuegos y de paso, son de la célebre Vicaima, la empresa portuguesa especializada en carpintería.

Si se da la vuelta a la moneda, en este caso al edificio, sorprenderá cómo la fachada norte corresponde a la del antiguo convento del siglo XVIII, el de San Barto-

lomé, que alberga el hotel, y del que se ha respetado no solo su fachada con las dos torres, sino también parte de los muros que se adosan a las nuevas paredes, gracias al proyecto arquitectónico de Jacinto Arqués Fusté, que contó con la colaboración de la especialista en restauración del patrimonio histórico, la arquitecta Verónica Quintanilla.

Una piscina de ensueño.

La segunda y mayor sorpresa es cuando, al salir a la piscina del ático, se puede contemplar la playa de la Concha, el casco viejo y la catedral, lo mejorcito de la ciudad, que aparecen como una bella aparición en la vista panorámica desde el cerro de San Bartolomé, enclave del Hotel Catalonia Donostia. Es un auténtico placer darse un chapuzón contemplando ese escenario en la estancia al aire libre, donde se encuentran no solo la piscina y el solárium, sino también un chill-out idóneo para contemplar la caída de la noche a 360°, con una copa en la mano. Como complemento, está el spa situado en la planta uno,

HOTEL CATALONIA DONOSTI



- 1.- El Hotel Catalonia Donosti está a cinco minutos de la playa de la Concha, las tiendas, y los bares de pintxos.
- 2.- Cafetería del hotel.
- 3.- Spa del Hotel.
- 4.- Espacios que entrañan parte del antiguo convento.





- 1.- Fachada del antiguo convento que hoy alberga al Hotel Catalonia Donosti.
- 2.- Bares de pintxos cercanos al hotel.
- 3.- Sombrerería, una de las tiendas cercanas al hotel



que ofrece tratamientos faciales y corporales, y cuenta con un magnífico conjunto de piscina de chorros de hidromasaje, sauna finlandesa, baño de vapor y piscina de agua fría.

Comer al estilo vasco

El capítulo gastronómico está a cargo de Aldapeta Gastrobar, un restaurante fiel a las raíces vascas, con un guiño a la cocina mediterránea y a sus arroces. La moderna decoración del restaurante contrasta con el convento en el que se ubica, mientras que los platos que salen a la mesa respetan con sabiduría la excelencia de la cocina vasca.

Al centro de la ciudad en cuestión de segundos

Y la mayor de las sorpresas aparece cuando, al atravesar un sinuoso pasillo del hotel, se coge un ascensor que desemboca en el mismísimo centro de la ciudad. De la entrada por el edificio vanguardista en lo alto del monte, solitario y silencioso, a la salida por la calle Easo, está llena de bullicio y en dos pasos se alcanza la playa de la Concha, y en otros dos, la Catedral del Buen Pastor, donde empiezan a aparecer las tiendas de toda la vida y esas tascas maravillosas que anteceden a las del casco antiguo, donde picar un buen pintxo de txangurro, de merluza, de tortilla, de... a sorbos de un zurito de cerveza o un txiquito de vino.

Hotel Catalonia Donosti





La ventana de Manena

Anécdotas Viajeras

Texto y fotos: 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.

Bergen y los fiordos

Navegando por los fiordos noruegos, escuchando historias de troles y marineros de ojos azul marino, al son de las notas del compositor noruego hasta la médula, Edvard Grieg.



El famoso muelle histórico Bryggen, Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO.

El viaje a Noruega fue realmente especial. Mi abuelo era noruego, mi segundo apellido lo es, y he crecido entre leyendas, cuentos, villancicos noruegos y anécdotas familiares que fueron acrecentando mi deseo de conocer la tierra vikinga de mis ancestros. A mi abuelo le encantaba Edvard Grieg, y yo escuchaba con él esa música, llamada del fiordo, pues el mismo Grieg afirmaba que sus composiciones flotaban en las aguas del fiordo y los aromas a bacalao y arenque estaban intrínsecos en sus notas.

Al llegar a Bergen y ver las coloridas casas de madera de Bryggen, en el antiguo muelle hanseático de la ciudad, la verdad es que me palpitaba el corazón. Me imaginé cuando, hace más de un siglo, mi bisabuelo se llevó a mi bisabuela, sevillana ella, a vivir a la capital de los fiordos. Tiempos en los que no había teléfono, ni móvil, ni tele, ni nada... Qué desangelo sentiría la andaluza al proyectar su futuro en la lejana, fría y oscura en invierno, aunque indudablemente bella, Bergen. El susto no se le debió pasar, pues en breve volvieron a la jacarandosa Sevilla por siempre jamás.

Todo depende del cristal con que se mire

Sin embargo un siglo después, su biznieta miraba Bergen con otros ojos. El petróleo había brotado hacia tiempo de los suelos marítimos noruegos como bien nos cuenta la serie “Tiempo de la felicidad (Lykkeland)” ¡buenísima! y Noruega ya no es uno de los países más pobre de Europa que apenas vivía del arenque y el bacalao, sino todo lo contrario: un país próspero y acaudalado con un gran nivel de vida y de felicidad también, según las últimas estadísticas.

En Bryggen disfruté de lo lindo metiéndome en el laberinto de casas, a cada cual más coqueta, hasta terminar dentro una de ellas, de techos bajos, decorada con esmero. Estaba en el restaurante Bryggen Tracteurs-
ted donde por primera vez probé la carne de ballena que no me entusiasmó, para qué mentir. De allí, a dos pasos, se coge el funicular Fløibanen que sube al Monte Fløyen. Atónita me quedé al contemplar la espectacular panorámica de Bergen a tamaño maqueta.

El hogar de Grieg.

Conocer Trolldhaugen fue un punto de inflexión en mi viaje a los fiordos. La pasión que puso Edvard Grieg en construir su casa se siente en cada habitación. Casa tradicional, castillo de cuento, acogedora, entrañable y con una vista sin igual al fiordo de Bergen, son algunos de los epítetos que merece la casona de madera

en cuyo jardín, a orillas del fiordo que tanto amó, descansa el gran músico, rodeado de troles buenos, que también los hay pícaros y hasta malvados.

Un sueño hecho realidad

Y llega el esperado momento de embarcar rumbo a los fiordos. Mi sueño se hacía realidad, superando cualquier onírica expectativa. El barco que sale de Bergen hacia el fiordo de Sognefjord, el más largo y profundo de Noruega, va lleno de estudiantes con



Panorámica de Bergen desde el Monte Fløyen

Trolldhaugen, la casa original del compositor Edvard Grieg, hoy museo dedicado a su obra



NORUEGA

mochilas a la espalda, que ríen y parlotean todos a la vez, dispuestos a disfrutar de su privilegiada naturaleza. En un puerto cualquiera del fiordo veo que los jóvenes desembarcan llevándose con ellos los "Ipods" de los que resuena música estridente. Me da pena, el barco se queda medio vacío. Lánguido y silencioso emprende su ruta de nuevo. Y así, mientras navegamos por las aguas color esmeralda que les presta el valle, comprendo cómo la música de Grieg nació del fiordo, de las suaves praderas y los abruptos acantilados que forman alguna de sus rías.

Sidra, cordero y guapos noruegos.

En el pueblecito de Ulvik, a orillas del fiordo de Hardanger, me esperaba Ingrid, la guía quien en modo "Fiti Paldi", me conduciría por el pueblo y sus alrededores, con esos neveros en pleno deshielo que en la proximidad de Ulvik se vuelven verdes prados donde crecen los manzanos, de los que más tarde tuve la suerte de probar su deliciosa sidra, en la sidrería de Hardanger Saft.

Hans se llamaba el granjero de la granja colindante, un hombre atractivo de sonrisa irresistible, aparte de experto en ahumar la carne de cordero. Nos contó Hans que el ritual invernal del ahumado termina en primavera, al escuchar el primer trino del "cuco" anunciando su vuelta migratoria y con ello la señal de que la pierna de cordero está en su punto para hincarle el diente.

Hans el granjero, con una pata de cordero ahumada



Navegando entre los fiordos durante las vacaciones escolares



Eidfjord, a orillas del pueblo de Ulvik

Røvær, la isla perdida en el Mar del Norte.

Haugesund, urbe costera entre Bergen y Stavanger, la vi de refilón, lo suficiente para percibir que era una hermosa y próspera ciudad, junto al estrecho de Karmsundet, donde cogí el ferry que navegaba hasta la isla de Røvær. Al poco de embarcar, observé como todos los pasajeros se conocían e incluso sabían de una periodista llegada de algún país del sur de Europa, que iba a hacer un reportaje de su isla. Las aguas que surcamos ya no eran las del fiordo sino las del embravecido y gris Mar del Norte. El sol luchaba por aparecer entre las nubes dándole un aspecto fantasmagórico a la navegación, hasta que llegamos a un pequeño y rocoso estrecho bordeado por dos casas de madera, pintadas en rojo vivo y matizadas en blanco. Era la isla de Røvær donde habitan apenas cien vecinos y donde no hay coches y salen de la isla gracias al ferry que ahora funciona a diario y va y viene de Haugesund, pues hace apenas unos años, médico, sacerdote, gestiones burocráticas...tenían que esperar cada mes al ferry Haugesund-Røvær.



Entrando en la isla de Røvær

En el ferry de Haugesund a la isla de Røvær, todos se conocen



NORUEGA

El marinero de los ojos azul marino.

Si empecé esta crónica con una historia de amor, la voy a terminar con otro amoroso relato, relacionado con Kulturhotell, el único alojamiento de la isla. Para ello, hay que remontarse a los años cuarenta cuando a la isla de Røvær solo iba el ferry una vez a la semana, cuando Røvær vivía de la pesca del bacalao y el arenque y cuando una joven maestra de 18 años, cayó por allí para hacer sus prácticas en la isla. La maestra incipiente se adaptó enseguida a la vida de los pescadores; le gustaba enseñar a sus niños y contemplar ese mar bravo y gris “el mar de verdad”, pensaba ella, el que a tantos hombres isleños arrastró a sus aguas.

Røvær era un lugar fuera del mundo y lógicamente la muchacha echaba de menos Haugesund, la ciudad más cercana a la isla, donde había nacido y crecido y donde se encontraban su familia, amigos y las ofertas de ocio propias de una ciudad. Pasó el año en Røvær y llegó la hora de volver a Haugesund. No sin pena, la joven maestra dejó la isla y regresó a su ciudad natal y a su vida social; fiestas, celebraciones y novios potenciales que nunca terminaban por cuajar, pues entre uno y otro se interponían los “ojos azul marino” de aquel pescador de arenque al que ella no lograba olvidar. Hasta que un buen día, abandonó la vida social de Haugesund, sus amigos y su familia, subió una vez más al ferry que en aquel

entonces seguía navegando a la isla solo una vez a la semana, y se embarcó en la aventura que cambiaría su vida. Decidió compartir sus días con el marinero de los ojos marinos, y vivió por siempre jamás en Røvær, donde dos de sus hijas ahora regentan el hotel a la orilla del Mar del Norte.



Navegando por el Mar del Norte hacia la isla de Røvær

Kulturhotell en la isla de Røvær



traveling

gourmets

DESTINOS GASTRONÓMICOS

Creta, la antigua
despensa de Europa

ARMENIA

Donde la humanidad
empezó a domesticar la vid

RESTAURANTES PROBADOS: GRAN RESERVA ■ RUGE ■ ORIGINE MADRID

Creta

La despensa antigua del Mediterráneo

Texto: Rosario Alonso - Fotografía: Archivo

Creta es la isla más grande de Grecia y uno de los territorios donde mejor se entiende la cocina mediterránea. Su gastronomía no nace de una moda, sino de una forma de vida muy ligada al campo, al mar y a los productos de temporada. Aceite de oliva, verduras, legumbres, hierbas aromáticas, quesos, miel, vino, pescados y carnes sencillas forman la base de una cocina antigua, saludable y muy reconocible.

En 2026, Creta ha sido distinguida como Región Europea de la Gastronomía, un reconocimiento que pone en valor no solo sus platos, sino también su manera de producir, cocinar y conservar la tradición alimentaria. La isla lleva años trabajando para reforzar su identidad gastronómica, apoyar a los productores locales y mostrar al viajero una Creta que va más allá del sol y la playa.

El producto principal es el **aceite de oliva**. En Creta se utiliza a diario y está presente en casi todo: ensaladas, guisos, verduras, pescados, panes y quesos. No es un ingrediente secundario, sino la base de la cocina local. Los olivares forman parte del paisaje y explican buena parte de la economía rural de la isla. Para el viajero gastronómico, visitar una almazara o probar aceites locales es una buena manera de empezar a conocer Creta.

Aceite de Oliva



Otro producto esencial son las **hierbas aromáticas**. En las montañas y campos cretenses crecen plantas como tomillo, orégano, romero, salvia y dictamo, muy usadas en la cocina y también en infusiones. Estas hierbas dan sabor a carnes, verduras, quesos y panes. La cocina cretense no suele abusar de salsas pesadas; prefiere el aceite, el limón, la sal y las hierbas.

Los **quesos** tienen también mucho peso. La graviera, elaborada principalmente con leche de oveja, es uno de los más conocidos. Se toma sola, con pan, con miel o en platos calientes. También se emplean quesos frescos como la mizithra, presente en recetas dulces y saladas. En muchas tabernas es habitual encontrar pequeños platos de queso local, aceitunas, pan y aceite antes de la comida principal.

Entre los platos más populares está el **dakos**, una receta sencilla y muy representativa. Se prepara con pan seco de cebada, tomate rallado o picado, queso fresco, aceite de oliva y orégano. Es un plato humilde, pero resume muy bien la cocina de la isla: pocos ingredientes, buen producto y sabor limpio. También son habituales los **kalitsounia**, pequeñas empanadillas rellenas de queso, hierbas o verduras, que pueden servirse dulces o saladas.



Diferentes hierbas aromáticas y Queso Graviera



Dakos y Kalitsounia



CRETA

La cocina vegetal es muy importante. En Creta se consumen muchas verduras de temporada, legumbres y hierbas silvestres hervidas, que suelen aliñarse con aceite de oliva y limón. Platos como las habas, los garbanzos, las berenjenas, los calabacines, las alcachofas o las verduras rellenas forman parte de la mesa diaria. Es una cocina sencilla, pero no pobre. Su valor está en la calidad del producto y en la manera de cocinarlo sin esconderlo.

La carne aparece sobre todo en forma de cordero, cabra o cerdo, muchas veces asada o guisada. En zonas rurales son frecuentes los platos de cabra o cordero con hierbas, queso o verduras. También se cocinan **caracoles**, una especialidad tradicional de la isla, preparados con romero, vinagre o tomate según la receta.

En la costa, **el pescado** y el marisco tienen presencia, aunque Creta no debe entenderse solo como destino marinero. Su gastronomía es tanto de interior como de mar. Por eso una buena ruta gastronómica debe incluir mercados, pueblos de montaña, bodegas, almazaras y tabernas familiares, no únicamente restaurantes junto al puerto.

El vino es otro de los grandes argumentos de la isla. Creta cuenta con una tradición vitivinícola muy antigua y en los últimos años ha reforzado el trabajo con variedades locales. Entre ellas destacan Vidiano, Vilana, Liatiko y Kotsifali. Muchas bodegas ofrecen visitas y catas, especialmente en zonas cercanas a Heraclión y en el interior de la isla. Para el viajero, el vino permite descubrir una Creta menos turística, más rural y más ligada a la tierra.



Cocina Vegetal



Carne de Cabra





Heraklión



La Canea

Creta no necesita inventarse un relato sobre su gastronomía. Su atractivo está en una cocina clara, directa y muy unida al territorio.

Las ciudades también tienen interés gastronómico.

Heraklión, capital de la isla, combina mercados, tabernas tradicionales y restaurantes actuales. **La Canea**, con su puerto veneciano y sus callejuelas, es uno de los lugares más atractivos para comer producto local en un entorno histórico. **Rétino** conserva un ambiente más pausado, con buenas tabernas y cocina de raíz cretense. En los pueblos, la experiencia suele ser más sencilla, pero muchas veces más auténtica.

En tiempos en los que muchos destinos intentan construir una identidad gastronómica desde cero, Creta parte con ventaja. Su cocina ya estaba ahí: en los olivares, en los quesos, en las hierbas de montaña, en el vino, en el pan de cebada y en los platos de cada día. El reconocimiento como Región Europea de la Gastronomía 2026 ayuda a mirar de nuevo una isla que siempre ha tenido mucho que decir desde la mesa.

Rétino





Armenia

Donde la humanidad aprendió a domesticar la vid

Por: Alejandro y Luis Paadín - alejandro@paadin.es - Foto: Manukyan Wine & Brandy Factory

Hay lugares que producen grandes vinos y otros que producen grandes historias. Armenia pertenece a esa escasa categoría de territorios donde ambas dimensiones se funden hasta hacerse inseparables. Entre montañas volcánicas, gargantas excavadas por el tiempo y viñedos que sobreviven desde hace milenios, este pequeño país del Cáucaso conserva algunas de las claves que permiten reconstruir uno de los mayores hitos de la civilización: el momento en que el ser humano dejó de limitarse a recolectar uvas silvestres para comenzar a domesticar la vid.

Durante décadas, la pregunta parecía tener una respuesta sencilla. Se asumía que la vid cultivada había nacido en un único lugar del Próximo Oriente y que, desde allí, se había expandido progresivamente hacia Europa. Sin embargo, la revolución de la genómica ha cambiado por completo esa visión. Hoy sabemos que la historia fue bastante más compleja.

Los análisis de miles de genomas de *Vitis vinifera* publicados en los últimos años revelan que la domesticación no fue un acontecimiento único, sino un proceso paralelo que comenzó hace aproximadamente 11.000 años en dos regiones distintas: Asia Occidental y el Cáucaso Sur. Mientras el primer núcleo parece haber

estado más relacionado con la evolución de las futuras uvas de mesa, el segundo, localizado precisamente en el entorno de la actual Armenia y Georgia, dio origen a buena parte del patrimonio genético que terminaría alimentando la viticultura destinada a la elaboración de vino.

Pero Armenia ofrece algo que muy pocos lugares del mundo pueden mostrar: no solo conserva ese extraordinario legado genético, sino también algunas de las pruebas arqueológicas más antiguas de elaboración de vino conocidas hasta la fecha. En la cueva de Areni-1 aparecieron prensas, depósitos de fermentación, semillas y restos de *Vitis vinifera* datados hace más de seis milenios, una evidencia que sitúa este enclave entre los testimonios más antiguos de vinificación conocidos.

Sin embargo, conviene evitar una simplificación demasiado tentadora. Areni no demuestra que el vino naciera exclusivamente en Armenia. Lo que sí demuestra es que el Cáucaso fue uno de los primeros lugares donde la humanidad transformó el conocimiento agrícola de la vid en una auténtica cultura del vino. Esa diferencia, aparentemente sutil, resulta fundamental.

La genética confirma lo que el paisaje ya intuía. Las variedades armenias forman un grupo claramente diferenciado respecto a buena parte del viñedo europeo occidental y central.

Conservan linajes propios, relaciones de parentesco locales y alelos poco frecuentes en otros territorios vitícolas. En un momento en que la viticultura mundial busca respuestas frente al cambio climático, la sequía, las enfermedades y la pérdida de diversidad, Armenia no debe mirarse solo como un país antiguo, sino como una reserva de futuro.

Primer país cristiano

Pero para comprender el verdadero lugar del vino en Armenia no basta con hablar de viñas. Hay que hablar también de fe. Armenia fue el primer país del mundo en adoptar oficialmente el cristianismo como religión de Estado, en el año 301. Desde entonces, el vino quedó incorporado de forma inseparable a su identidad espiritual. En la liturgia cristiana, el vino no representa una bebida cualquiera: simboliza la sangre de Cristo y participa del centro mismo del rito eucarístico. Cada celebración religiosa mantiene vivo un gesto que une agricultura, memoria, sacrificio y trascendencia.

Esta relación no nace de la nada. La Biblia está atravesada por la presencia del vino. Noé planta una viña tras el Diluvio; Melquisedec ofrece pan y vino; los salmos celebran el vino que alegra el corazón del hombre; en Caná, Cristo convierte el agua en vino; y en la Última Cena, el vino se transforma en símbolo de la nueva alianza. Pocas bebidas han acumulado una densidad

Viñedos a pie del Monte Ararat



Monasterio de Noravank

te el agua en vino; y en la Última Cena, el vino se transforma en símbolo de la nueva alianza. Pocas bebidas han acumulado una densidad simbólica semejante.

En Armenia, esa carga bíblica adquiere además una resonancia territorial única. El monte Ararat, visible como una presencia casi mítica en el imaginario armenio, está ligado al relato de Noé y a la primera viña plantada tras el Diluvio. Más allá de la lectura religiosa, la imagen resulta poderosa: una humanidad que renace, una tierra que vuelve a cultivarse y una vid que se convierte en signo de continuidad.

Así, el vino armenio no puede entenderse únicamente como producto agrícola ni como fenómeno gastronómico. Es también rito, memoria y lenguaje espiritual. Antes de ser embotellado, antes incluso de ser comercio, el vino fue ofrenda. Y quizá por eso en Armenia conserva todavía una profundidad que resulta difícil encontrar en regiones donde la viticultura se explica solo desde el mercado o la técnica.

Época soviética

La historia, sin embargo, no siempre fue favorable para el vino armenio. Tras la incorporación de Armenia a la Unión Soviética en 1922, la viticultura quedó subordinada a las necesidades de una economía completamente planificada desde Moscú. El modelo soviético entendía la Unión como un gran sistema de especialización territorial en el que cada república debía concentrarse en aquellas producciones que resultasen más eficientes para el conjunto. Ucrania se consolidó como el granero de la Unión; Asia Central asumió buena parte de la producción de algodón; Georgia orientó su enorme potencial hacia la elaboración de vinos de consumo masivo; y Armenia encontró su principal papel en la destilación de aguardientes vínicos, especialmente el célebre brandy armenio.

ARMENIA

La decisión no era casual. El clima continental, la elevada insolación y la excelente calidad de sus uvas ofrecían una materia prima extraordinaria para la destilación. Durante décadas, nombres como Ararat alcanzaron un enorme prestigio en toda la Unión Soviética e incluso fuera de ella. El brandy armenio llegó a convertirse en uno de los productos más emblemáticos del país.

Pero aquel éxito tuvo un precio. La elaboración de vinos de calidad quedó relegada a un segundo plano. Muchas variedades tradicionales dejaron de cultivarse, otras sobrevivieron únicamente en pequeños viñedos familiares y buena parte del conocimiento asociado a la vinificación fue desapareciendo progresivamente. El objetivo ya no era expresar el carácter de un territorio ni preservar un patrimonio vitícola milenario, sino abastecer una cadena de producción diseñada para responder a las necesidades de una economía centralizada.

La independencia de Armenia en 1991 marcó el inicio de una profunda transformación. Liberada de aquella planificación, la viticultura comenzó un lento proceso de reconstrucción que todavía continúa hoy. En apenas tres décadas han surgido cerca de 180 bodegas, la inmensa mayoría de carácter familiar, se han recuperado numerosas variedades autóctonas, han vuelto a elaborarse vinos en Karas —las tradicionales tinajas de barro enterradas, similares a los Qvevris georgianos— y regiones históricas como Vayots Dzor, Armavir o Aragatsotn han recuperado el protagonismo que durante siglos habían tenido.

Más que un renacimiento, podría hablarse de un reencuentro. Armenia no está inventando una nueva cultura del vino; está recuperando una de las más antiguas del mundo. La extraordinaria riqueza genética de Armenia no puede entenderse sin el territorio donde ha evolucionado durante milenios. Pocos



Karas tradicionales de Armenia

países concentran tanta diversidad geográfica en una superficie tan reducida. Los viñedos armenios se extienden desde los 400 hasta cerca de los 1.800 metros de altitud, uno de los rangos más amplios de Eurasia para el cultivo de la vid. A ello se suma una notable variedad de suelos volcánicos, calizos, arcillosos y arenosos, fruto de una intensa actividad geológica que ha modelado el paisaje durante millones de años.

Los suelos volcánicos, presentes en regiones como Vayots Dzor o Aragatsotn, aportan riqueza mineral y buen drenaje. En otras zonas, las formaciones calcáreas obligan a la vid a profundizar sus raíces, mientras los terrenos arenosos y franco-arcillosos de Armavir o Ararat ofrecen condiciones muy distintas para el cultivo.

Sala de crianza en Karas de Voskevaz Winery



Sobre esta diversidad actúa un clima continental, con inviernos rigurosos, veranos cálidos y secos, escasas precipitaciones y una acusada amplitud térmica entre el día y la noche. Estas diferencias ralentizan la maduración, favorecen el desarrollo aromático de la uva y ayudan a conservar una acidez poco habitual en estas latitudes.

Entre todas las regiones vitivinícolas armenias, Vayots Dzor ocupa un lugar especial. Situada en el sur del país, sus viñedos se elevan por encima de los 1.200 metros y alcanzan en algunos casos cotas cercanas a los 1.800. Estas condiciones extremas reducen de forma natural los rendimientos, alargan el ciclo vegetativo y permiten obtener uvas concentradas, pero frescas gracias a la altitud. En este mismo paisaje se encuentra la cueva de Areni-1, considerada la bodega más antigua conocida hasta la fecha. La relación entre este territorio y la vid se remonta, al menos, seis milenios atrás.

Vayots Dzor conserva además uno de los patrimonios vitícolas más valiosos del Cáucaso, con cepas viejas y numerosos viñedos plantados sobre sus propias raíces, sin injertar, supervivientes a la filoxera que cambió la viticultura europea en el siglo XIX. Allí prosperan variedades históricas como Areni o Voskehat, capaces de expresar con precisión la personalidad de este paisaje de montaña.

No sorprende que muchos de los vinos más ambiciosos de Armenia nazcan aquí. Vayots Dzor reúne historia, altitud, suelos antiguos y memoria vitícola: un territorio donde la vid conserva una de las páginas más antiguas de la agricultura humana.



Lagar rupestre

Viñedos de Old Bridge Winery en Vayots Dzor



Dónde comen los Paadín

Old Bridge Winery

Levonyan 16, Yeghegnadzor
www.oldbridgewinery.com

A las afueras de Yeghegnadzor, en pleno corazón de Vayots Dzor, Old Bridge Winery fue una de las primeras bodegas boutique surgidas tras la independencia de Armenia. Especializada en las variedades autóctonas Areni y Voskehat, ofrece visitas guiadas contando también con un restaurante centrado en productos gastronómicos de proximidad. Su proximidad a la cueva de Areni-1 y al monasterio de Noravank la convierte en una parada imprescindible para descubrir el renacimiento de la viticultura armenia.



Voskevaz Winery

19 b., 8 st., Voskevaz 0220, Aragatsotn, Armenia
www.voskevaz.am

Fundada en 1932 y completamente renovada desde 2004, Voskevaz Winery es una de las bodegas que mejor representa el equilibrio entre tradición e innovación en Armenia. Situada en la región de Aragatsotn, elabora vinos a partir de variedades autóctonas como Voskehat, Areni y Kangun, recuperando además el uso de los tradicionales karas, grandes tinajas de barro utilizadas desde la Antigüedad para la fermentación y crianza del vino. La visita permite recorrer sus históricas bodegas, conocer la mayor colección funcional de karas del país y finalizar con una cata comentada acompañada de quesos y lavash. El conjunto, presidido por un singular edificio de inspiración medieval junto a los restos de una iglesia del siglo V, convierte a Voskevaz en una de las experiencias enoturísticas más completas de Armenia.

MOV Restaurant

12 Pushkin St., Yerevan, Armenia
www.movrestaurant.com

Ubicado en un edificio histórico del siglo XIX en pleno centro de Ereván, MOV se ha convertido en uno de los mejores exponentes de la nueva cocina armenia. Su propuesta recupera recetas tradicionales con una presentación contemporánea, poniendo especial énfasis en la tolma, auténtico emblema gastronómico del país, además de una excepcional selección de vinos y aguardientes tradicionales elaborados a partir de frutas locales. Una visita muy recomendable para comprender cómo la gastronomía armenia está reinterpretando su patrimonio culinario sin perder su identidad.



Manukyan Wine & Brandy Factory

10/1 Karmir Banakayinneri St., Balahovit 2213, Armenia
www.manukyan.wine

Situada a apenas 15 kilómetros de Ereván, Manukyan Wine & Brandy Factory es una de las bodegas más modernas de Armenia. Inaugurada en 2015, combina la elaboración de vinos y brandies con un cuidado programa de enoturismo. La visita recorre las instalaciones de producción, las salas de crianza y finaliza con una cata guiada de sus vinos y destilados. El complejo dispone además de espacios para eventos, degustaciones y actividades privadas, convirtiéndose en uno de los centros enoturísticos más dinámicos del país. Sus vinos, elaborados principalmente con las variedades autóctonas Areni y Voskehat, reflejan la apuesta de la familia Manukyan por recuperar el patrimonio vitivinícola armenio mediante una visión contemporánea.



Karas Wines

Arevadasht Community, provincia de Armavir
www.karaswines.com

Fundada por la familia Eurnekian en 2004 en el valle de Ararat, Karas Wines fue una de las bodegas que lideró el renacimiento de la viticultura armenia tras la independencia. Sus más de 400 hectáreas de viñedo combinan variedades autóctonas, como Areni y Kangun, con variedades internacionales, dando lugar a algunos de los vinos armenios de mayor proyección internacional. El nombre Karas hace referencia a las tradicionales tinajas de barro armenias utilizadas para elaborar vino desde hace más de seis mil años, un símbolo de la conexión entre la viticultura ancestral y la enología contemporánea.

Armenia Wine Company

Sasunik, Aragatsotn, Armenia
www.armeniawine.am

Situada en la región vitivinícola de Aragatsotn, Armenia Wine es una de las bodegas más grandes y modernas del Cáucaso y uno de los principales motores del renacimiento del vino armenio. Inaugurada en 2008, combina tecnología de vanguardia con la recuperación de variedades autóctonas y dispone de un completo centro de visitantes con Museo de la Historia del Vino, restaurante Nazani, salas de cata, viñedos y un espacio dedicado a la elaboración de brandy. La visita ofrece una excelente introducción a la viticultura armenia y permite comprender la evolución del vino desde sus orígenes hasta la actualidad en un único complejo enoturístico.





Valle Salado de Añana

Paisaje de sal y de historia

Texto y fotografía: Jose A. Muñoz



En el occidente de Álava, a poco más de media hora de Vitoria-Gasteiz, el Valle Salado de Añana conserva uno de esos paisajes que parecen difíciles de explicar hasta que se ven. No hay mar, pero todo gira alrededor de la sal. En una hondonada rodeada de montes, miles de eras blancas se escalonan sobre plataformas de madera, piedra y arcilla, formando una arquitectura extraña y hermosa, nacida del trabajo humano y de un manantial salino que brota desde hace miles de años.

La historia de Añana es, en realidad, la historia de una relación paciente entre el agua, el sol, el viento y las manos. La sal procede de antiguos mares que quedaron atrapados bajo la tierra hace millones de años. El agua atraviesa esas capas salinas, se carga de minerales y emerge en superficie con una concentración muy superior a la del agua marina. A partir de ahí comienza un proceso sencillo en apariencia, pero lleno de conocimiento acumulado: conducir la salmuera por canales de madera, repartirla sobre las eras y dejar que el sol y el aire hagan su parte.

Durante siglos, la sal fue una riqueza estratégica. Servía para conservar alimentos, curtir pieles, pagar salarios y sostener una economía local que marcó la vida del valle. Añana llegó a ser una de las explotaciones salineras más importantes del interior peninsular. Su valor no estaba solo en el producto, sino en todo el sistema que lo hacía posible: manantiales, canales, pozos, terrazas, almacenes y una comunidad organizada alrededor de la producción.

Hoy el Valle Salado es un paisaje recuperado. Tras décadas de abandono parcial, un importante proyecto de restauración ha permitido devolverle vida sin convertirlo en decorado. Se han consolidado estructuras, se han recuperado eras y se mantiene la producción artesanal de sal, respetando métodos tradicionales. El visitante puede recorrer las pasarelas, ver cómo se distribuye la salmuera, entender el funcionamiento de las eras e incluso probar el efecto de la sal en los pies y las manos en zonas preparadas para ello. La Sal de Añana destaca por su pureza y por una elaboración que no necesita grandes artificios. Se obtiene por evaporación natural y conserva una identidad ligada al territorio. Hay flor de sal, sal mineral y productos aromatizados, pero todos parten de la misma base: un agua salada que brota tierra adentro y una forma de trabajar que depende todavía del clima.

Lo más interesante de Añana es que no se limita a contar una historia antigua. Sigue produciendo, sigue restaurándose y sigue mostrando cómo un recurso aparentemente humilde pudo ordenar durante siglos la vida de todo un valle. Entre el blanco de la sal, la madera oscura de las estructuras y el silencio de los montes, el lugar tiene algo de lección tranquila sobre el valor del tiempo, del oficio y de los paisajes que sobreviven porque alguien decide cuidarlos.



GRAN RESERVA

BRÍÑAS - LA RIOJA



Vista de la sala del restaurante

Texto: Rosario Alonso

Fotografía: Restaurante Gran Reserva

Vista de la terraza del restaurante



Hay lugares donde la mesa no empieza en la cocina, sino antes: en la luz sobre los viñedos, en el curso lento del Ebro, en la manera serena con que La Rioja recibe el verano. En Briñas, dentro del **hotel Palacio Tondón, Autograph Collection**, Su chef **Jesús Terradillos** nos descubre una carta estival con una idea clara: aligerar el paso sin perder profundidad, mirar al producto de temporada y contar la cocina riojana desde una sensibilidad actual.

La propuesta llega cuando La Rioja cambia de ritmo. El vino encuentra otra conversación con la mesa y Gran Reserva entiende bien ese compás. Su nueva carta no rompe con la tradición, la afina para los meses cálidos. Hay frescura, memoria y técnica sin imposición; una cocina pensada para disfrutarse sin prisa, en un enclave donde el entorno forma parte de la experiencia.

El arranque resume bien esa intención. Aparecen clásicos reconocibles: jamón ibérico con pan tostado y tomate de huerta, tabla de quesos artesanos con dulce de membrillo o cecina de León con polen de río y pan con tomate. Son bocados de entrada, directos, pensados para abrir mesa y conversación.

Junto a ellos, la temporada marca el tono con platos ligeros.

La ensalada verde con pera de Rincón de Soto y foie introduce un producto riojano que da identidad sin levantar la voz. También lo hace la ensalada de tomate riojana y ventresca de atún, con piparras y aliño de miel y soja. Más atrevido resulta el gazpacho de cereza negra con requesón, remolacha encurtida y gamba osmotizada en aceite de naranja, una elaboración que mira al verano desde el color, la acidez y la frescura.

La carta incorpora platos donde el producto local adquiere una lectura contemporánea. El carpaccio de buey con queso de cabra D.O.P. Los Cameros habla de territorio desde la sencillez. La coliflor con miel de La Rioja, picante sobre ensalada de lombarda, juega con dulzor, verdura y especias. Y la ensaladilla rusa de anguila del Ebro, ahumada, con pan carasatu introduce una mirada menos previsible, vinculada al río.

En los principales, Gran Reserva reparte protagonismo entre mar y tierra, manteniendo una cocina reconocible, de producto y con matices. Del mar llegan la corvina a la brasa con apionabo asado, alcaparras y salsa menier; el bacalao confitado sobre fritada riojana, donde el pescado encuentra una base del lugar; o la merluza de pintxo con toffee de coliflor y fumet rojo al estilo riojano, una receta intensa y fina. Las carnes conservan el carácter de una casa donde el fuego y el vino tienen peso propio. El solomillo a la brasa se acompaña de patata baby risola-

da y salsa de vermouth riojano reserva. La tarrina de cordero asado con cremoso de boniato y pistacho aporta una lectura reposada. El cerdo de caserío con puré de manzana verde y gástrica de naranja suma acidez y frescor. Y, para quienes entienden la mesa como rito compartido, el chuletón de vaca nacional con pimientos fritos de Guernica y patatas naturales sigue siendo imprescindible.

El apartado dulce mantiene el mismo hilo conductor. No hay ruptura entre cocina salada y postres, sino continuidad de paisaje. La tarta de queso de cabra D.O.P. Los Cameros, con crumble de frutos secos, insiste en el valor de los quesos locales. El melocotón asado con crema de queso fresco, miel de La Rioja y helado de Idiazábal ofrece una despedida golosa y fresca. La tartaleta de chocolate con mermelada de ciruela roja completa el recorrido con una nota clásica.

En Gran Reserva, el vino no es acompañamiento decorativo. La D.O.P. Rioja ocupa el centro de la propuesta líquida, con una selección pensada para dialogar con cada plato y recordar que aquí la gastronomía no puede separarse del viñedo. En Briñas, junto al Ebro, el verano se sirve así: con producto de temporada, cocina riojana puesta al día, copas que hablan del territorio, servicio atento pero discreto y una mesa que mira al paisaje sin decirlo demasiado alto.



Corvina a la brasa con crema de coliflor tostada y fumet rojo



Flor de alcachofa en parmentier trufada



Caparrones riojanos con chorizo y papada fina



Pera confitada con queso fresco

RESTAURANTE GRAN RESERVA
Hotel Palacio Tondón, Autograph Collection
Calle Campo 2, Brinas, La Rioja, España





RUGE LAJAROSA, Mountain Club Restaurante

Texto: Jose A. Muñoz - Fotografía: Ruge y Jose A. Muñoz

Chuletón de vaca rubia gallega madurada



RUGE, en Guadarrama, Está junto al embalse de Lajarosa, en ese tramo de la sierra madrileña donde el agua, los pinares y la montaña cambian el ritmo antes incluso de sentarse a la mesa. No es un detalle menor. En un tiempo en el que muchos locales buscan llamar la atención desde la ciudad, la decoración o la música, **Rubén Iborra** ha preferido levantar aquí un proyecto con aire propio, más pausado, ligado al entorno y a una manera de comer que pide sobremesa.

El restaurante inicia una nueva temporada tras un primer año de consolidación y con el respaldo de su mención en la Guía Michelin 2025 y 2026. Pero RUGE no parece estar construido únicamente para obtener reconocimientos. Su fuerza radica en una identidad bastante clara: brasas, arroces, producto seleccionado y maduraciones. Una cocina de oficio, de proveedor y de fuego, que no renuncia a cierto gesto contemporáneo, pero que se entiende bien desde el primer bocado.

Rubén Iborra llega a este proyecto con una trayectoria poco convencional. Murciano, tecnólogo alimentario y cocinero con más de dos décadas de experiencia, ha trabajado conceptos muy distintos, desde Chirashi hasta Osteria Péndola, y ha hecho de la técnica una herramienta, no un artificio. En RUGE, junto a Jennifer Ini, ha encontrado un espacio para cocinar con mayor libertad.

RESTAURANTES PROBADOS

También hay guiños de raíz cercana: croquetas case-
ras de jamón Joselito, marinera murciana, berenjenas
con burratina y pesto rojo o cortada de bacalao de El
Barquero. En el dulce, el tatin de manzana y el milho-
jas del maestro Torreblanca mantienen una línea clá-
sica y reconocible.

El apartado de proveedores explica parte de la ambición
del proyecto. Joselito, Serpeska, Garcimar, El Barquero,
Frutas Eloy o DisCarlux sostienen una carta que se com-
pleta con vinos propios elaborados en colaboración con
Juan Gil.

Comer aquí tiene algo de escapada, pero no de fuga.
Madrid queda cerca y, sin embargo, Lajarosa cambia el
ritmo. La sierra, el aire puro, el monte cercano y la pre-
sencia tranquila del embalse sitúan al restaurante en un
territorio especial: apartado para desconectar y próximo
para convertir una comida en un plan de día. RUGE no
quiere ser solo una dirección gastronómica, sino una ex-
periencia que empieza antes del primer plato y puede
terminar alargando la sobremesa frente al paisaje.

RUGE
LAJAROSA



Almejas a la marinera con huevas



Selección de vinos exclusivos de RUGE

El resultado es un restaurante que se presenta como
Mountain Club gastronómico. La definición funciona por-
que aquí conviven mesa, paisaje, celebraciones privadas,
encuentros de empresa y una relación directa con la na-
turaleza.

La nueva temporada mantiene los arroces de La Vega
como uno de sus ejes. El arroz del señoret sigue entre los
platos reconocibles, junto al arroz meloso de pato con foie
y setas o el arroz balear con gamba y caviar. Hay mirada
mediterránea, fondos trabajados, producto noble y una
cocina pensada para compartir.

La brasa es otro hilo conductor, también en pescados
y mariscos. Las cocochas de bacalao al ajillo con pil pil
fino de vino blanco, perejil y guisantes frescos muestran
esa intención de dar relieve al producto. La gamba roja
de Santa Pola a la brasa, con sal Maldon y limón, va a
lo esencial. Y la almeja lisa de la ría gallega, abierta a la
brasa con velouté marina de puerros confitados, aceite de
cebollino y pimienta jamaicana, resume bien la línea de
RUGE: técnica, producto y un punto viajero.

En los menús de degustación aparece la versión más
ambiciosa: ostras francesas con gamba roja al vapor,
huevas de erizo gallego, caviar Beluga y aguachile de
lichis; anguila ahumada con foie francés a la brasa,
azúcar de coco caramelizado y espuma de mar con
plancton; o lomo de Kobe Ushido sobre shiitake, salsa
Omakase y pimienta de Sichuan. Platos que miran lejos
sin perder la sierra como marco.

Rubén Iborra y su arroz del señoret



Ostra con quisquilla sobre hielo





Origine

RISTORANTE

Texto: Rosario Alonso - fotografía: Jose A. Muñoz



En Madrid hay restaurantes italianos que miran a la nostalgia y otros que prefieren jugar con la fórmula de siempre. Origine, el nuevo proyecto de **Salvatore Romano** en Chamberí, se mueve en otro lugar: parte de Italia, pero no quiere quedarse encerrado en una postal italiana. Su cocina habla de memoria, de producto y de una vida hecha ya en España. Romano lleva más de dos décadas en Madrid, es el creador de Totò e Peppino, y en este nuevo restaurante ha querido ordenar una idea que tenía desde hace años: cocinar desde su origen, pero con el país que lo acogió muy presente.

La dirección, Rafael Calvo 36, sitúa el restaurante en una zona donde la vida de barrio todavía cuenta. Origine nace con tres palabras muy claras: sabor, tradición y origen. No son conceptos nuevos en la restauración, pero aquí funcionan porque no se quedan en una declaración. La carta combina recetas italianas con producto español, proveedores locales y una mirada de cercanía. España entra en los platos no como adorno, sino como parte de la identidad del proyecto.

El ejemplo más evidente es el padellino, una pizza nacida en Turín y poco habitual en España. En Origine se convierte casi en insignia de la casa. No busca parecerse a la pizza napolitana ni competir con ella. Tiene otro lenguaje: masa ligera, aireada, fermentación lenta, interior suave y un punto húmedo. Se sirve para compartir, con ese ritmo informal que pide una mesa sin demasiada prisa. Encima aparecen productos de calidad, desde vegetales de temporada hasta jamón ibérico o anchoas. Es un bocado sencillo en apariencia, pero con técnica detrás.

La otra línea de la carta mira a la tradición, aunque sin quedarse quieta. Ahí aparece la carboibérica, una carbonara que cruza Roma y Madrid con spaghetti en zabaion verde, Mahón curado, chistorra de Arbizu y panceta de bellota. También los agnolotti del plin, pequeños ravioli rellenos de guiso de ternera, mantecados con calabaza dulce braseada, jamón de pato ahumado, glase de ternera y queso Gamoneu asturiano. Son platos que explican bien la intención de Romano: no hacer fusión por hacerla, sino encontrar puntos de encuentro entre dos despensas con carácter.

Horno napolitano de cúpula



Il bosco; Fusillone con tomate, Gamonéu y portobello



Padellini ricordo d'infanzia - Foto inferior parmigiana frita



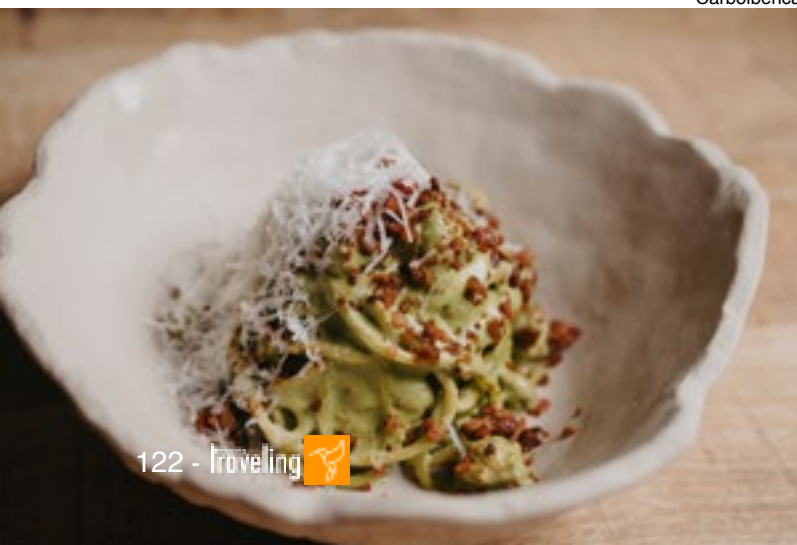
ORIGINE (Madrid)



Terminación en mesa de "no es un vitello tonnato"



No es un vitello tonnato
Carboibérica



El postre más curioso lleva incluso una historia personal. "Pruébalo tú!!!" es un padellino al cacao con mousse de chocolate blanco y plátano canario, toffee salado, Peta Zeta de chocolate y hierbabuena. Nació porque el propio chef, alérgico, no podía probarlo. El nombre tiene humor, pero también algo de gesto doméstico, como si la cocina se permitiera quitarse un poco de solemnidad.

La sala acompaña esa idea de restaurante vivo. Origine se reparte entre gastrobar y restaurante, con una capacidad de unos 150 comensales, barra de pizzería y una zona que puede transformarse en reservado. El interior, ideado por Salvatore Romano y sus socios, busca una estética limpia, mediterránea, con referencias a la geografía española. No pretende distraer de la mesa, sino crear un marco cómodo para distintos momentos: desayuno, menú de mediodía, comida informal, afterwork o cena más pausada.

El servicio es otro de los puntos en los que Romano quiere marcar distancia. Habla de un equipo de vieja escuela, capaz de leer al cliente, cuidar el detalle y sostener una experiencia cercana sin caer en rigidez, como hace a la perfección Rocío, la jefa de sala. A su lado está también Carmine Babusso, colaborador habitual del chef en los últimos años y pieza importante en la interpretación de esta nueva etapa.

La bodega completa el discurso con una selección donde predomina el vino español, alrededor del 90%, y una presencia menor pero significativa de etiquetas italianas. Tiene sentido: Origine no renuncia a Italia, pero tampoco disimula que su cocina nace ya desde Madrid.

Más que un restaurante italiano al uso, Origine parece la consecuencia natural de una biografía. La de un cocinero que llegó de Italia, hizo su vida en España y ahora cocina desde los dos lugares a la vez. En tiempos de conceptos demasiado repetidos, esa mezcla de raíz, oficio y producto cercano son su mejor carta de presentación.

Origine
RISTORANTE



¡Regala emociones!

Somos un equipo especializado,

Business Solutions en Smartbox Group.

Asesoramos a empresas y agencias ofreciendo el regalo perfecto para agradecer, motivar, fidelizar e incentivar a empleados, colaboradores y clientes, creando un vínculo único.



empieza a asombrarte

Hay un lugar donde volverás a descubrir lo que creías perdido.
A volver a sentir. A resetearte.
Un lugar donde encontrarte a ti mismo.

empieza **a vivir**
pura vida

esencial®
**COSTA
RICA**

visitcostarica.com