Cebolla cortada finita.
Ojo con las lágrimas!
Laminitas de ajo que
dan un sabor increible!
SABRA
SÍSIMO
Sabores de Israel
Una sartén bien bien grande,
para compartir con amigos.
Los huevos están luchando cada día
contra su mala fama ganada
"injustamente" a causa del colesterol.

SABRA SÍSIMO

Sabores de Israel

cidpal

-SABRASÍSIMO-

Índice de sabores

¿EXISTE LA COCINA ISRAELÍ? 5

TIPOS DE COMIDA

Israelí Oriental 11
Israelí Tradicional 12
¿Cuál es la comida israelí? 15
Platos apetitosos inolvidables 18
Rafael Sahar, Chef 20
Sushi en Tel Aviv 22
Restaurante que sirve. Buena comida y valores humanos 25
Gil Hovav 28
Comida callejera 31
La batalla por el mejor shawarma 32
¿Dónde comer? Mercados 36
En Abu Gosh el hummus del rey 41
Las mejores hamburguesas de Tel Aviv 42
Despertar y oler el aroma del café 45
Los nuevos chocolateros 49
Shay Aharon 54

LOS VINOS

La industria de los vinos 59
De la producción de videos a los viñedos 61
El sur de Haifa 62
Hablando de vinos 66
Israel potencia en vinos 70
La historia del vino en la Tierra de Israel 73
La ruta 76
Hablando de vinos 77
Vino orgánico/bodega orgánica 80
Primera región vitivinícola israelí 82
¿Cómo elegir un vino en un restaurante? 83

LOS 10 LIBROS OBLIGADOS EN TODA COCINA 84

RECETAS

La nueva ensalada israelí 88
Harime de Leah Gueta 90
Shawarma de carne 92
Shawarma de cordero 94
Lafa de pavo 95
Falafel 96
Sufganiot 97
Shakshuka 98
Espacio para anotar tus recetas 102

-SABRASÍSIMO-

Editor Responsable:
Liliana Isod

Traducciones y correcciones:
Elizabeth Andelsman
Liliana Glaser
Laura Szechtman

Creatividad y diseño
BasevichCrea. Conceptos + Creatividad estratégica
www.basevich.com.ar

CIDIPAL. Centro de Información y Documentación de Israel para América Latina.
Av. de Mayo 701, 10°. (C1084AAC) Buenos Aires, Argentina.
Tel.: (54 11) 3724-4524 / 531 / 561 - e-mail: cidipal@cidipal.org
www.cidipal.org / www.turismocidipal.org.ar
www.facebook.com/cidipal

¿Existe la cocina israelí?

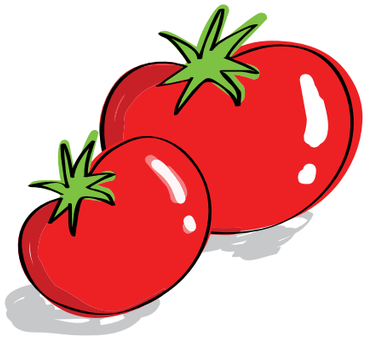
Un ferviente debate gira en torno a esa pregunta

Las opiniones están divididas. Están los que sostienen que Israel es un Estado nuevo que carece de tradición gastronómica o que, muchos de los alimentos, etiquetados como "israelíes", tienen origen en la cocina árabe o que, el fogón del país proviene de diversas diásporas y guarda la tradición que le falta a la israelí; o que distintas hornallas influyen e integran alimentos (como en la cocina asiática).

Muchos manjares, considerados nacionales, tienen su origen en otros (como las hamburguesas, salchichas, pizza y chips, que provienen de Estados Unidos, pero su procedencia es de Alemania, Italia y Francia). Sin embargo, cantidad de platos típicos no se encuentran en otros lugares; en particular por tratarse de la articulación de lo árabe y lo judío (u otros fuegos). Y, para muestra, piénsese en platos como, por ejemplo, la milanesa de pavo en pita (pan árabe).

La cocina israelí debe entenderse como el entrecruzamiento de lo ***israelí- oriental*** y lo ***israelí-tradicional***. La comida nacional es la típica y característica de los miembros de una nación, grupo étnico o región geográfica definida y que identifica, con claridad, a los oriundos de ese lugar. No es la tesis oficial (aunque existen países que precisan una comida nacional en su Constitución), sino la concepción de las personas de ese origen (u otros) que observan desde afuera y ven, en una comida determinada, el rasgo común a ese grupo y, en ocasiones, símbolo de su cultura.

El uso de los términos ***"comida nacional"*** y ***"cocina nacional"*** se difundieron desde el siglo XIX y llegaron con la expansión de la idea de naciones europeas. La definición de naciones se basó, en gran medida, en orígenes étnicos, geográficos y características culturales que vinculan a un amplio grupo (lengua y costumbres) a hábitos de cocción y alimentación. El desarrollo de un movimiento migratorio masivo, como el progreso del turismo internacional durante el siglo XX, fortalecieron percepciones e imágenes de comidas nacionales entre miembros de diversos estados y sus prójimos.



Junto al uso de **"comida nacional"** (como lo que caracteriza a un grupo de personas alrededor de un elemento por el que sienten orgullo), se desarrolló el estigma negativo, que endilgan – como vinculación descalificadora - miembros de una nación a otra. Un ejemplo es observable en los términos usados por los ingleses contra los franceses (Frogs), por su hábito de cocinar y comer animales que, en el otro país, son rechazados. La injuriosa denominación (kraut), atribuida a los alemanes en relación a comer repollo picante es vista, por los ingleses, como despreciable. Entre los alemanes y los austríacos es común llamar a los italianos, Spagettisfressern (glotones de espaguetis). Y no faltan los que ven en la referencia **"comida nacional"** una especie de **"nacionalismo culinario"**.

Investigadores gastronómicos señalan que abundan los errores en **"platos típicos"** de una u otra nación y la definición de diversas comidas como nacionales se basa, en muchos casos, en estereotipos (no – fundamentados) e ignorancia. A veces, el mismo alimento es considerado "comida nacional" en diferentes cocinas; en diversas regiones o entre grupos étnicos distintos hay yantares regionales que podrían ser considerados "comida nacional". Así, por ejemplo, el fondue es "alimento nacional" en las zonas franco- parlantes de Suiza. La cerveza, es "bebida nacional" alemana, inglesa, holandesa y de otros países. El vodka es "bebida nacional" de Rusia, Polonia, Finlandia y Suecia.

Existe discusión sobre la existencia de la cocina israelí y se polemiza sobre cuál es el "alimento nacional". Según las encuestas, se suele vincular el **"falafel"** y, a veces, el **"hummus"** como platos típicos.

TIPOS DE COMIDA
- Oriental
- Tradicional

- TIPOS DE COMIDA -

Israelí oriental

Basada en la árabe. Es la más popular. Se complementa con ensaladas (que incluyen hummus y tehína; mayonesas) y extranjeras o locales inventadas en Israel (como la turca que, a pesar de su nombre, no lo es); la de berenjenas y la israelí ; picantes (corresponde a diferentes grupos, en base a pepinos picantes), amba[1](traída por los inmigrantes de India e Irak y vuelta popular en los kioscos de venta de shawarma); garbanzos cocidos (el más popular es el falafel cuya versión palestina conquistó la sonrisa israelí); ***leune*** (queso medio- oriental de leche de cabra), entre otras. La ***pita*** es muy requerida por su miga liviana y agradable. Permite comer ensalada y es utensilio para comidas singulares de Israel (shnitzel o steak en pita). Se le agregan preparaciones junto al plato principal que puede ser falafel, shawarma o carne. En especial, los ***chips*** son israelíes. La ***shakshuka*** (proveniente del norte de África, llegada con sus inmigrantes); ***sopas*** (las más populares son la de los fuegos yemenitas); ***masas*** (burekas, traídas por los judíos balcánicos o muy comunes como el ***lahmayin turco***, aunque no se lo considera israelí); ***halva*** (golosina de origen turco, sumada a la propuesta local. Desde los´90, endulza postres originales); ***sandwiches*** (en el pasado, el de Irak era vendido solo en Ramat Gan y hoy es posible comprarlo en todo el país) ***el tunecino*** (con atún, manzanas cocidas y ensaladas en la lahmayin frito) es muy conocido; ***revuelto de Jerusalén*** (carne frita o a la parrilla. Es común prepararlo con entrañas, cebolla y condimentos. Nació en los ´60 en uno de los locales de la calle Agripas de Jerusalén, junto al mercado Mahane Yehuda. Después lo prepararon otros y en forma industrial); ***condimentos picantes*** (versiones diversas, según grupos, sobre la base de pepinos agrios y ajo); ***carnes al grill*** (como Kabab y Shishlik. A la variedad, los inmigrantes de Rumania le agregaron su propia versión de carnes en pita. Son especiales las del barrio HaTikva de Tel Aviv); ***Shawarma*** (de la cocina turca vía Imperio Otomano. El más popular se hace con carne de pavo); ***pescados*** (fritos, cocidos, al horno o al grill), ***Majdra*** (casi todas las comunidades cuentan con uno (o más) platos de arroz característicos, pero la Majdra, es el plato de arroz más popular de Israel, llegó desde la cocina libanesa a través de los árabes de Galilea) ***burekas***(traídas por los judíos de los Balcanes) y postres (el Malwah y el Gahanun, de la mano de los judíos de Yemen. Al principio se adoptaron los de origen francés como “orientales”, del tipo de Baklava de la cocina turca). No falta el café negro.

1- Es un condimento oriental de gusto y aroma excepcional.

- TIPOS DE COMIDA -

Israelí tradicional

Saltó la barrera étnica, convirtiéndose en populares por fuera de los límites de una comunidad específica y, por ende, forman parte de la cocina israelí.
Así se conocen las de **Askenaz** (sopa de pollo, shnitzel y la ensalada de huevo, mayonesa e hígado y el guefilte fish). Las primeras confiterías israelíes pertenecían a los asquenazíes y las tortas más populares gran de origen europeo central como los sufganiot y las orejas de Amán; **del norte de Africa** (cous-cous, el mafrom que ganó gran popularidad, la shakshuka y las ensaladas (como las de zanahoria tunecina) o la mulujia egipcia (sopa preparada con plantas saladas); de **los Balcanes** (de origen español aportaron la bureka, la ikra y el yogurt). Representan un importante renglón de la cocina de Jerusalén y Tiberíades, desarrollada antes de la Primera Alia[2]; del **Yemen** (como el sambusek y la mezcla de verduras, malawach y la salsa picante); la **comunidad iraquí** (que aportó al paladar israelí en especial, la Koba, sambusak pero también verduras variadas y ácidas). Una comida de Shabat, el sabich, se ha vuelto muy popular en los últimos años y de **América del Norte** (además de las hamburguesas de origen alemán, que constituyen un alimento rápido y popular, queso cottage, el más popular de Israel).
El **Hamin** es un alimento tradicional del Shabat que existe en la mayoría de las comunidades. Es carne, carbohidratos y verduras cocinadas, durante largo rato a bajo calor. Los tipos de hamin étnicos conocidos son: el centro-europeo (con papa, carne, porotos y sémola), en versión de los judíos de Marruecos; de pollo y arroz de la comunidad iraquí y de los judíos de Yemen.

2- La ola de aliá (ascensión hacia la Tierra de Israel) corresponde a los años 1882-1903. Arribaron por motivos nacionales. Estuvo compuesta por 25.000 judíos de Rusia y Rumania y 2.500 de Yemen.

¿SABÍAS QUÉ?

¡PARA CHUPARSE LOS DEDOS!

EXISTE UN TRADICIONAL FESTIVAL LLAMADO "SABOR DE LA CIUDAD". LOS CHEFS DE LOS RESTAURANTES MÁS PRESTIGIOSOS, JUNTO A LOS MÁS POPULARES, EXHIBEN LO MEJOR DE LOS SABORES DE TEL AVIV, A UN PRECIO NO MAYOR A 10 DÓLARES POR PORCIÓN. EN ESE MISMO ESPACIO, SE ENCUENTRAN A LOS AGRICULTORES ORGÁNICOS CON SUS PRODUCTOS DEL CAMPO.

Y, AHORA, NOS PODEMOS PREGUNTAR

¿Cuál es la comida israelí?

> " ¿Falafel? Olvídense. No es israelí. Tampoco la shakshuka, ni el hummus ni la ensalada árabe. Quizás se prepare bien. Hay versiones propias y se comen mucho. Pero, no es israelí.

Es difícil decirlo pero, a medida que se investiga, se llega a la conclusión que **no hay algo llamado cocina israelí.** *"Con facilidad puedo explicar qué es la cocina judía y cuál es su origen; orientales o asquenazíes. Cada comunidad tiene su estilo, condimentos y componentes ya que todo hogar judío necesitaba una comida para el Shabat[3] que fuese nutritiva, rica, caliente y que su preparación finalizara antes de la llegada del viernes. Algunos sostienen que lo "más judío" es la sopa de pollo, considerada uno de los secretos mejor guardados del Mossad[4].*

¿Pero, qué es lo que hay?

¡A no caerse! **La comida que tenemos en Israel, tanto en el hogar como en los restaurantes, es la más rica y variada del mundo.** Es posible que sólo Nueva York y Londres sean los únicos lugares que pueden competir con la diversidad israelí. Pero lo que allí no hay - y hay en Israel- son polacas preparando cous-cous, tunecinas cocinando guefilte fish, rumanas disponiéndose a hacer kebe y pronto habrá etíopes intentando cocinar borsh. En conclusión: hay pocas cocinas del mundo que no estén representadas en Israel.

Después de probar con manteca y margarina, se comprendió que el aceite de oliva es más israelí. Maravillosas aceitunas y muchas verduras locales llevan, de modo directo, al estilo mediterráneo.

Israel es un crisol de etnias. Chefs formados y creativos, quizás demasiados. Ingredientes mejorados y, sin duda, un pueblo que ama la comida y le brinda sus honores. Esa es la dirección correcta. Eso es seguro. Lo único que falta es tiempo y paciencia.

3- El sabbat o shabat es el séptimo día de la semana, siendo, a su vez, día sagrado. Se observa desde el atardecer del viernes hasta la aparición de tres estrellas la noche del sábado. Según las prescripciones de la Tora, debe ser celebrado en primer lugar mediante la abstención de cualquier clase de trabajo. // 4- Servicio de Inteligencia y Operaciones Especiales.

Nueva York, París, Londres.... ¿e Israel?

Ahora que Israel se destaca tanto en la gastronomía como en la alta tecnología, las aventuras culinarias entraron a la lista de "destacados" que el país tiene para ofrecer.

Sin embargo, cuando se habla de los grandes destinos gastronómicos mundiales, Israel no es el lugar en que pensamos. Pero, los tiempos cambian y, si se visualiza la escena puede resumirse en pocos platos y es posible que se sorprendan y queden impactados al descubrir la gama y el nivel de experiencias culinarias que ofrece.

De modo que, ahora, Israel es un país con bellas playas y comida fabulosa.

Su población está compuesta por una enorme y variada mezcla de personas de todos los rincones del mundo; desde Europa, Estados Unidos, Irán, Irak, Europa Oriental, Sudamérica, Etiopía e, incluso, Vietnam. Todos conservan sus cocinas. Con los matrimonios multiculturales, el número creciente de israelíes que viajan al exterior y el florecimiento de Internet, una hornalla innovadora e híbrida surgió y es lo que, ahora, se conoce como ***" nueva cocina israelí ".***

Mi hijo el chef

Ese vibrante estilo mediterráneo se enorgullece de combinar excepcionales productos locales que van desde los sublimes y requeridos vegetales y frutas exportadas al mundo, el vino, uvas y aceitunas asociadas con Tierra Santa desde los tiempos bíblicos, hasta los quesos artesanales y la increíble diversidad de hierbas y especies que dan un toque de originalidad y sabor a los platos.

Es verdad que, hace 20 años, las palabras " restaurant elegante" y " cocina gourmet" no formaban parte del vocabulario social. Pero, paso a paso, la economía de Israel se volvió fuerte; en gran parte debido a las innovaciones de la industria de alta tecnología local. Y el deseo de productos de alta calidad, desde vestuario, innovaciones y comida, siguen los pasos de esa prosperidad.

Los cambios trajeron nuevas actitudes. De pronto, la elección de " chef" (como profesión) no significó que los padres no rompiesen en llanto y desesperación. No dejaban de preguntarse por qué su hijo no iba a ser médico o abogado. Hoy, en Israel, se considera prestigioso ser chef. Algunos se gradúan en institutos locales y del exterior, compitiendo con lo mejor que el mundo tiene para ofrecer al placer.

Platos apetitosos inolvidables

Los descendientes de marroquíes y tunecinos son famosos por sus condimentos como el *"pescado marroquí"*, cocinado en páprika dulce, limones en conserva, hierbas y aceite de oliva, suavemente guisado durante horas y servido con un liviano y casero cous-cous.

"Makhluba" es propio de la cocina árabe local. Es complicada y requiere habilidades para su cocción. Se suele preparar en ocasiones especiales. Se realiza a base de un corte de carne del pescuezo y paleta de cordero deshuesados, rellena con cordero molido y piñones y cocinado, durante horas, en una enorme cacerola de arroz, condimentado con cardamomo y canela, hasta que la carne esté tierna como manteca.

La nueva cocina está aquí

Gracias a los inmigrantes rusos la demanda y, por tanto, el abastecimiento de ingredientes difíciles de conseguir, se incrementó. Ahora están disponibles variedades de hongos y frutos rojos. Hoy esos elementos, que antes eran lujos europeos, pueden encontrarse en la mayoría de los mercados. Incluso los supermercados ofrecen productos gourmet desde quesos italianos y franceses hasta especialidades asiáticas y otras.
Concluyendo con la revolución culinaria hay vinos que evolucionaron haciéndose elegantes y sofisticados, jactándose de cosechas ganadoras de premios, respetadas en el mundo.

Israel es el destino para aquellos que buscan historia, una travesía espiritual, cultura de playas, ecoturismo y "turismo voluntario".

Ahora, las aventuras culinarias figuran en la lista.

¿SABÍAS QUÉ?

Petitim

(literalmente: copos horneados)

es una de las contribuciones culinarias de Israel para el mundo. Es una pasta de trigo horneada, en forma de granos de arroz o perlas redondas e inventada durante el período de austeridad, cuando el arroz era escaso. El Primer Ministro de Israel, David Ben-Gurion, desafió a la empresa de alimentos Osem a que inventase un sustituto a base de trigo para el arroz. Y el resto es historia.

-SABRASÍSIMO-

Rafael Sahar

CHEF

El chef Rafael Sahar celebra ser elegido como "la mejor cocina de autor" por los expertos de un canal de TV, tras un muy disputado concurso. En un local, ubicado entre viñedos, en el corazón de un invernadero en el moshav[5] Segula; un sitio aislado, casi abandonado y sin atracción festejan varios años con un nuevo menú y aprovechan la cosecha de olivo con mucho aceite.

Rafael Sahar, de apariencia calma, esconde el cerebro de un genio. Es el cocinero de mayor éxito de Israel, ganador de premios y menciones, autor del libro *"La cocina de Sahar"* que resultó uno de los más vendidos de la especialidad y, ahora, está terminando otro, en el que da rienda suelta a toda su imaginación y fantasía culinaria.

Sahar, de joven, estudió fotografía. Se enamoró de la cocina cuando la descubrió detrás de los lentes. En su segundo libro de recetas ofrece un interesante plato vegetariano preparado con hongos. La receta es crema de setas al vino blanco.

El secreto: usar tres tipos de hongos y una buena dosis de hierbas y especias.

5- Moshav: tipo de comunidad rural israelí de carácter cooperativo, formado por granjas agrícolas individuales.

- RECETAS -

CON HONGOS DEL CHEF SAHAR

Ingredientes

250 GRS. DE HONGO CHAMPIÑÓN
150 GRS. DE PORTOBELO,
150 GRS. DE HONGOS SILVESTRES,
ACEITE CANOLA,
50 GRS. DE MANTEQUILLA,
¼ DE TAZA DE VINO BLANCO,
1 POTE DE CREMA DULCE (200 GRS.),
2 CUCHARAS DE PEREJIL ,
TOMILLO, SAL Y PIMIENTA MOLIDA.

Preparación

COLOCAR LOS HONGOS EN UN RECIPIENTE Y VERTER SOBRE ELLOS EL ACEITE CON LAS ESPECIAS. ASAR AL GRILL. CALENTAR EN UNA SARTÉN, 2-3 MINUTOS SOBRE EL FUEGO, LA MANTEQUILLA Y AGREGAR LAS SETAS ASADAS JUNTO CON EL TOMILLO Y OTRAS ESPECIES. LUEGO SE AGREGA EL VINO BLANCO Y LA CREMA HASTA QUE COMIENZA EL HERVOR. TRAS TRES MINUTOS, CUANDO LA SALSA SE ESPESA, SE AGREGA PEREJIL.
Y ¡LISTO EL PLATO!

Sushi

¿En Tel Aviv?

Efectivamente

y, se dice, que es tan bueno como el que se consigue en Tokio o en Nueva York.

En estos tiempos **es posible encontrar gran variedad de comidas de todo tipo** en los restaurantes de yantares rápidas y gourmet de Tel Aviv – desde cocina francesa a etíope, o americana – y ahora existen más que ofrecen la especialidad japonesa, sushi, en versiones kasher y no - kasher.

Tel Aviv cuenta con más de cien restaurantes de sushi, convirtiéndose en la tercera capital de sushi del mundo per capita, después de Nueva York y Tokio. "Estuve en Japón y Nueva York, y creo que el sushi en Tel Aviv es tan bueno o mejor", dice el dueño de un restaurante de sushi.

Desde las combinaciones más clásicas de rolls de pescado y arroz, hasta las más exóticas (anguila y pepino, ¿alguien gusta?), todo está disponible en la moderna ciudad costera de Israel.

¿Sabías qué?

En Israel el sushi fue adoptado por su valor nutritivo y relativo bajo valor calórico. Los israelíes le introdujeron cambios, adaptándolos y creando variedades propias como, por ejemplo, sushi con carne o sushi con falafel.

El sushi nos invita a probar. Incluso si alguno no nos gustó, es posible que otra variedad nos resulte mágica.

¿Sabías qué?

Criadores de flores y condimentos de Israel y Gaza exportan juntos a Europa

Representantes de los productores de condimentos de Israel y Gaza se reunieron en Ámsterdam y acordaron la creación de un canal de exportación conjunto a Europa de condimentos, frutillas, limones y flores.
La producción palestina sale cada mañana de la Franja de Gaza, es embalada en el Consejo de Flores de Samaria y exportada al exterior por la empresa aérea CAL.
El sistema de administración se realiza a través de un programa computarizado conjunto del Consejo de Flores y Agricultores de Gaza.

Los agricultores israelíes cuentan con experiencia exitosa en la tarea compartida con los palestinos, por medio del acuerdo Agrexco. La voluntad de ambas partes por sustentarse es muy grande y supera las dificultades por la situación política y de seguridad.
Los europeos aceptan complacidos la cooperación y responden haciendo sus pedidos.

Israelíes y palestinos se comprometieron a continuar estrechando sus lazos para desarrollar nuevos canales de comercialización.

Restaurante que sirve

BUENA COMIDA Y VALORES HUMANOS

Liliyot de Tel Aviv, restaurante gourmet y empresa social, fue considerado "el mejor establecimiento kosher" israelí. Pone especial cuidado en la alimentación de los adolescentes en riesgo.

Si los excluidos de escuelas secundarias, entrenados en el restaurante gourmet Liliyot de Tel Aviv siguieran la carrera de servicios de comida, sería la frutilla del postre.
El principal objetivo de esta empresa social es otorgar las herramientas para el éxito en cualquier profesión, tal como la habilidad para trabajar con otros, aceptar la autoridad y responsabilidad, completar las tareas asignadas y llegar a tiempo, limpios y bien arreglados.

Muchos nunca aprendieron estrategias para convertirse en ciudadanos colaboradores y útiles. ***"Es más que aptitudes humanas lo que buscamos impartir"***, dice Re´ut Shaul, gerente comercial de Liliyot. ***"No se enseñan esas cosas en el aula. Ese es el motivo por el cual este proyecto es tan especial".***

En colaboración con ELEM, organización nacional de rehabilitación para jóvenes israelíes sin fines de lucro, el restaurante provee 18 meses de instrucción, supervisión y empleo para adolescentes en riesgo.

Ubicado en Asia House, lujoso edificio de oficinas adyacente al Museo de Arte de Tel Aviv y la Opera House, el establecimiento kosher fue fundado, en 1993, como Lilit, por Keren Hendler-Kremerman, cuya familia lo donó a ELEM, en 2001.
En 2009, con el quiebre económico de ELEM vendió el negocio de Lilit a un grupo constituido por los empresarios sociales Assaf Blank, Nadav Berger y Chanoch Allan Barkat convirtiéndose en el primero (de los cinco proyectos) apoyados por el Barkat´s Dualis Israel Social Venture Fund.

"Hicimos grandes cambios", dice Blank. ***"Lo renovamos, por completo, para modernizarlo, y comenzamos a comercializar y manejarlo de manera apropiada. Trajimos a Noam Deckers, uno de los chef "top" de Israel, e incrementamos la cantidad de jóvenes que empleamos de 7 a 15".***

Deckers y sus asistentes enseñan cómo servir y emplatar gran variedad del menú (carnes, pescados y vegetales) al estilo mediterráneo. Hay mucho trabajo: el restaurante tiene cabida para 170 cubiertos (exterior e interior), salas privadas y ofrece servicio de catering.

En noviembre de 2009, el nombre se hizo plural: "Liliyot", ya que el exitoso proyecto se expandió para incluir una boutique de pastelería kosher y, al lado, una cafetería. En enero de 2011, Liliyot Group abrió un bistró en Ra´anana, siendo empleados 25 de los jóvenes en riesgo. *"El objetivo es alcanzar 100 adolescentes por año"*, dice Shaul.

Los trabajadores sociales de ELEM eligen a los que serán involucrados. A pesar de las excepciones que, a veces, se hacen, los candidatos deben promediar entre los 16 y 19 años, contar con residencia permanente y sin registro policial.

Sin embargo, cuando se trata del producto final en un restaurante que, el crítico culinario Daniel Rogov alguna vez llamó *"el mejor kosher del país" ; "el servicio y la comida tienen que estar perfectos"*, dice Shaul. *"No debería haber ningún indicio que se trata de una instalación de entrenamiento. Ese es nuestro valor más alto".*

Liliyot Group incluye al socio Amir Lilian, uno de los pasteleros líderes de Israel, que enseña a los clientes de ELEM, en la cafetería adyacente, cómo producir variedad de panes, tortas, tartas, quiche y pasteles. *"Nuestro plan de negocio es formar administradores y permitirles convertirse en nuestros socios, como incentivo para ser parte activa en el negocio" explica Barkat.*

¿QUÉ ES EL SABICH?

Es una comida rápida y habitual; casi en segundo lugar después del falafel, considerada la comida rápida nacional. Su popularidad se debe a la combinación de sabores. La pita se rellena con berenjena frita, huevo cocido, hummus, mangos y pepinos encurtidos, ensalada y patatas al vapor. Este popular plato fue el desayuno de los iraquíes durante el Shabat. En origen no tenía nombre formal hasta que dos iraquíes, Ya'acov Sasso y Zvika Chalavi, decidieron montar un kiosco para venderlo. Pensaron llamarlo Zvika pero la voz que sonaba en Irak hubiese sido Sabich. Se encuentra, especialmente, en Ramat Gan, barrio en el que residen numerosos judíos iraquíes y donde Sasso y Chalavi abrieron su negocio, en 1958.

Los entrenados reciben paga y beneficios, como cualquier otro trabajador e, incluso, a pesar que los costos son elevados, Barkat dice que vuelve en beneficio. *"Así es cómo pensamos que deben ser los negocios. Para hacer un gran cambio social comenzamos con lo básico, cómo enseñar y educar para dar a esos jóvenes una oportunidad vital combinada con un buen plan de negocio. Es una mala lección formar parte de algo que no es exitoso"."El principal desafío de cualquier negocio social es mantener equilibrio entre la rentabilidad y la actividad social"*, agrega Barkat.

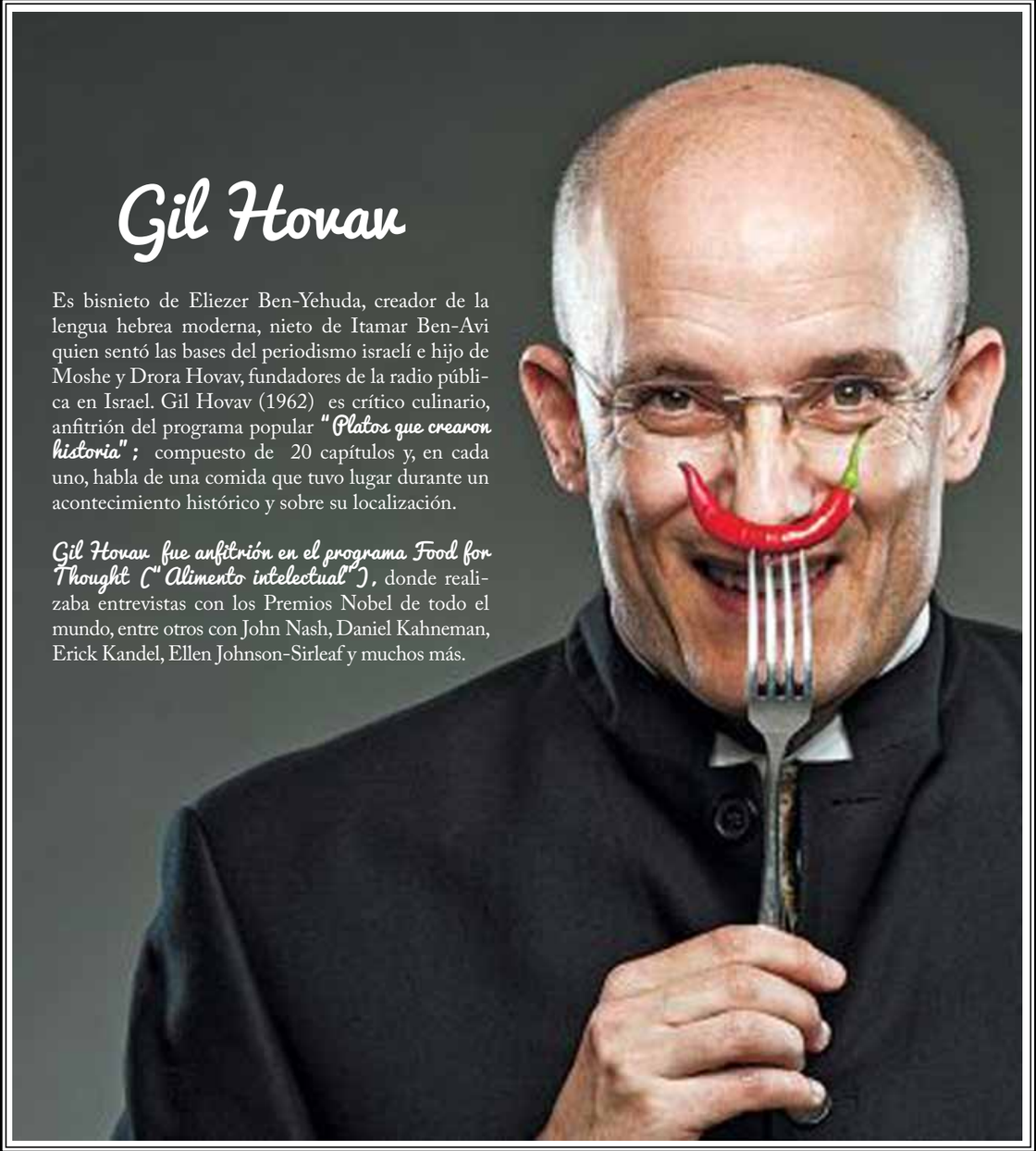
La visión de Dualis es invertir en emprendimientos sociales que alcancen una ganancia del 50 % de aquellos que no persiguen una causa social. Si un restaurante regular obtiene el 10-15 % de beneficio estamos preparados para el 5-7 % y, el resto, queda para transformar a los jóvenes. "Cuando tenemos un mes en que se pierde dinero y se sabe que, si se recorta en el programa social se ahorraría, tomar la decisión es un desafío".

El modelo parece funcionar. El Dr. Aharon York (Universidad Bar - Ilan) siguió el devenir de ex - participantes en un estudio (completado en marzo, 2008) y encontró mejoras en sus circunstancias como resultado de su entrenamiento en el restaurante. Alrededor de la mitad trabajan en establecimientos gastronómicos y hoteles. Muchos hicieron su servicio en las Fuerzas de Defensa de Israel (paso normativo posterior a la escuela secundaria que, tal vez, no hubieran alcanzado de otra manera)." *Medimos continuamente nuestro desempeño"*, dice Barkat. *"Tuvimos a graduados del Dr. York que nos vuelven a visitar y evalúan su situación para ver las diferencias luego de retomar. No hay cambio material significativo en los resultados alcanzados por los graduados pero hay más participantes que obtienen más horas de trabajo y terapia. Somos uno de los pocos restaurantes del mundo que tiene un trabajador social full time en el establecimiento".*

Liliyot Group provee de servicios de Management al Café Ringelblum en Beersheva. El proyecto de Dualis es uno de los tantos sitios de servicio de comidas donde ELEM coloca clientes. *"Consideramos a Ringelblum como nuestro hermano menor. Cada uno invierte capital social de riesgo junto con Elem"*, concluye.

Más información: Reush12@gmail.com

Gil Hovav



Es bisnieto de Eliezer Ben-Yehuda, creador de la lengua hebrea moderna, nieto de Itamar Ben-Avi quien sentó las bases del periodismo israelí e hijo de Moshe y Drora Hovav, fundadores de la radio pública en Israel. Gil Hovav (1962) es crítico culinario, anfitrión del programa popular ***"Platos que crearon historia"*** ; compuesto de 20 capítulos y, en cada uno, habla de una comida que tuvo lugar durante un acontecimiento histórico y sobre su localización.

Gil Hovav fue anfitrión en el programa Food for Thought ("Alimento intelectual"), donde realizaba entrevistas con los Premios Nobel de todo el mundo, entre otros con John Nash, Daniel Kahneman, Erick Kandel, Ellen Johnson-Sirleaf y muchos más.

"Cuestión de Gusto"

Gil Hovav continúa la tercera temporada con su singular programa de conversaciones sobre gustos literarios, la vida y recetas.

Gil Hovav visita, en cada capítulo, el hogar de personas que leen libros. No modelos ni cantantes de 17 años. No protagonistas de reality ni futboleros diplomáticos. Sólo gente que tiene algo para decir.
Además de blanquear, junto a ellos, sus gustos literarios, rescata Hovav de sus entrevistados, entretenidas confesiones e, incluso, canciones. También hay recetas, acertijos y premios.

No olvidar la adivinanza semanal: ¿Quién le dijo a quién y en qué libro? "La tecnología organiza al mundo de tal modo que no necesitaremos vivenciarlo" ... Todos invitados a enviar sus respuestas y ganar grandes premios.

Comida Callejera

La comida callejera está gozando de reactivación mundial y las israelíes están repletas de bocados apetitosos.

Si disfrutan de la comida, en Israel no tendrán que hacer grandes gastos en restaurantes costosos y podrán gozar de uno de los tantos puestos de comida callejera de todas las ciudades y pueblos en los cuales se ofrecen manjares frescos, auténticos de Medio Oriente; desde ***falafel*** (de garbanzos molidos, habas y hierbas) hasta tajadas de pavo, pollo o cordero, cortadas de un enorme trozo de carne que gira sobre un gran asador; o ***hummus*** (de puré de garbanzos, pasta de sésamo, limón, aceite de oliva, sal y ajo). Para los entendidos, hay ***sabich*** (sándwich de berenjena frita, huevo duro, ensalada y pickles); ***shakshuka*** (guisado hecho de huevos poché con salsa de tomates) o ***burekas*** (con masa rellena de champiñones, puré de papas, espinaca o queso).

En tiempos en que la comida rápida es sinónimo de chatarra, los vendedores de comida callejera israelíes demuestran que no tiene por que ser poco saludable y sin sabor.

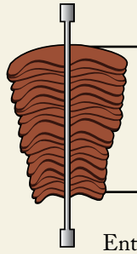
¿SABÍAS QUÉ?

¿Probó el mafrum?

Es una comida de la cocina libia, una mezcla de carne molida especiada con canela, hecha sándwich entre dos rodajas finas de papa. El bocadillo es pasado por huevo y harina y frito, después es cocinado con otros vegetales picados en salsa de tomate y servido sobre cuscús.

La batalla por el mejor Shawarma

De Tel Aviv Está En Marcha



Los amantes de esta delicia de Medio Oriente toman su shawarma con seriedad. Así que, ¿dónde debería ir por este manjar? Pruebe los cinco mejores, según la clasificación de los expertos.

Entre los aficionados israelíes, la batalla por el campeonato del "Mejor Shawarma" puede ser comparada al del "Mejor Hummus". Los fanáticos de cada restaurante y los vendedores compiten por el trofeo y juran que la máxima experiencia en shawarma debería ser: el corte y tipo de carne, la fuerza o sutileza de las especies, la cantidad de grasa e, incluso, la limpieza del conjunto.

¿Con hummus, tahine o sin nada?
¿Cordero, pavo o ternera?
Dentro de Yaffa, ¿pita o baguette? ¿Con ambas y especias, o sólo es mejor?
¿Debe ser devorado de pie o con tenedor en una mesa?

Una vez considerado un sándwich rápido para el camino, el shawarma asegura su lugar entre los degustadores más refinados encontrando su sitio en el menú en muchos restaurantes de chefs.

Así qué ¿Cuál es el mejor shawarma en Tel Aviv?

La **cadena Daboush** fija el estándar de calidad del shawarma desde 2001, cuando fue establecida. Si le pregunta, a cualquiera de sus devotos clientes por el secreto de su éxito, será recompensando con la respuesta: "Sólo pruébelo y será adicto".

1

En la principal sucursal, en Ibn Gvirol, largas filas culebrean hasta la esquina, cada mediodía y no desaparecen hasta bien entrada la noche. Las ensaladas son hechas en casa (excepto el hummus, porque "ese es un campo de expertos en sí mismo"), cada una fresca y apetitosa; las mesadas están limpias y brillantes, así como las tablas esparcidas en la vereda. En resumen: todo es bueno.

El plato:
Shawarma de pavo, rebanado y rostizado a la perfección, especiado con comino y una variedad de sabores secretos, esparcido sobre pita con montañas de ensalada fresca, tahine y pilas de platos de acompañamiento incluyendo col morada y blanca, pimientos dulces y picantes, cebolla y sumac, arissa, el irresistible amba, chutney de mango y más.

2

Kababa es un lugar más nuevo y es el cruce entre un buen restaurante a la antigua de Medio Oriente y comida rápida de diseñador. El menú es simple, enfocado en especial en shawarma y kabab pero, cada plato, está acicalado con un poco de cilantro, un toque de pimienta roja, justo la especie y el sabor correcto. La limpieza está a un estándar tan alto que, incluso, el más gourmet de los restaurantes de chefs tendría una gran presión por igualarlo.

El plato:
Nuestros expertos recomiendan la ensalada-shawarma, lo mejor en un plato, sin las innecesarias calorías a la vista. Un generosa mezcla de carne (pollo primavera y ternera), preparada con una cantidad mínima de grasa, servida sobre una cama de vegetales frescos picados. El pollo primavera es ligero y tierno, la ternera es aromática, con un toque de canela. Servido con un acompañamiento de arroz integral, es un shawarma saludable en su mejor forma.

3

Es imposible no amar **Hakosem.** El lugar tiene más de una década de antigüedad y nunca perdió su calidad y creatividad, desde su tahine y pickles hasta su rimonada (granada –piense en limonada de granada). Sin embargo el shawarma es el rey, preparado justo con la cantidad correcta de grasa, servido desde la mañana hasta que la fresca se agote, alrededor de las 10 p.m. Una vez que se acaba, puede llenarse con, el no menos delicioso, hígado con cebollas, falafel o schnitzel. La ensalada es cortada fresca, varias veces en una hora; la pita siempre tibia y tentadora. No hay que preguntarse por qué llaman a este lugar El Mago.

El plato:
Nuestros expertos están parcializados con el shawarma- hummus, un plato que ofrece un maridaje de los éxitos del restaurante. El shawarma está basado en pavo, suave y jugoso, cortado en rebanadas finas. La carne es puesta encima de una voluptuosa capa de hummus con garbanzos enteros y salsa de tomate, y servida con una tonelada de platos

de acompañamiento incluyendo una bola de falafel con una porción de tahine, finas y crocantes rebanadas de berenjena, pimientos picantes, pickles, jugo de limón y una pila de pitas frescas.

4

Un nuevo restaurante de Jaffa **Olei Tzion** fue recientemente abierto por la sociedad de los reconocidos chefs Nir Zuk y Natalie Shahaf y es, en su corazón, un lugar feliz. La cocina está abierta a la vista de todos los comensales, las porciones son pequeñas/medianas en tamaño y van bien con los cocteles basados en arak. Las mesas son largas, invitando a diferentes grupos a venir y sentarse juntos, la música es divertida, y el menú es la mezcla correcta de la típica cocina de Medio Oriente, con un toque de sabor balcánico e influenciada por la diversidad cultural de Jaffa.

El plato:
¡Shawarma sheitl! 160 gramos de fajas de carne finamente grilladas, hechas según el gusto personal, servido con comino sobre una cama de perejil para la correcta autenticidad de Medio Oriente, con almendras asadas para un toque de cocina contemporánea, ofrecido con un dip de ajo y aceite de oliva. Esa es la clase de shawarma que tiene que comerse con tenedor y cuchillo.

5

Justo al final de la calle encontrará este auténtico restaurante de Jaffa, un comedor de más de veinte años que inspiró el nombre de **Plaza Haj Kahil.** El menú es consistente, bueno, simple y satisfactorio: carnes grilladas, variedad de ensaladas y platos de acompañamiento, hummus, papas fritas, y una canasta sin fondo de lafas horneadas frescas en el taboule de la casa. No hay sorpresas, sólo autenticidad y delicia a precio razonable.

El plato:
Nuestros expertos optan por el shawarma de cordero. Una mezcla de ternera, rebanada y rallada, sólo jugosa y grasosa. Las especias secretas no esconden el sabor de la carne, y aunque la ternera es rebanada finamente, es cualquier cosa menos seca. Este es shawarma en la forma en que el shawarma se supone que sea.

¿Sabías qué?

En Rosh Hashana un israelí - promedio

- Come 1.8 kg de pescado por persona. Durante el año, 11 kilos.
- Necesita 300 gramos de miel per capita. 2000 toneladas son las requeridas para celebrar el año nuevo judío. Durante el año, se consume medio kilo.
- En el 2011, los israelíes necesitaron 125 manzanas promedio por persona; una cantidad muy alta para un año.
- En 2012 comenzaron a dar frutos los más de 4000 dunams sembrados con granadas. En tres años, su exportación ascendió dos veces y media. Durante las Altas Fiestas, los israelíes consumen 6000 toneladas, de las 14000 anuales.

-SABRASÍSIMO-

¿Dónde comer?

LOS MERCADOS

Mercado de las Pulgas- Jaffo

Se ubica en la entrada de la ciudad antigua de Jaffo, junto a la Plaza del Reloj. Es agradable para diseñadores, en particular de cafés y restaurantes, que encontrarán objetos singulares.

En los últimos años, fue refaccionado y, en la actualidad, abundan los bares, tabernas y galerías.

En el verano, las noches de los jueves tiene lugar " La Pulguería", cuando los locales y stands abren mientras ofrecen funciones de bandas musicales y teatro callejero, un espacio para yoga, exposiciones temporarias y más.

¿SABÍAS QUÉ?

Pastelitos de Puerro

Son propios de la cocina balcánica. Pueden ser vegetarianos o incluir carne vacuna. Está disponibles en restaurantes búlgaros, donde no deje de probar los kebabs y, si se atreve, shkembe (sopa de tripa).

Mercado Hacarmel - Tel Aviv

Vecino a la peatonal de Nahalat Biniamin, se localiza el Mercado Hacarmel. Colorido, ruidoso, algo sucio, aromático, popular y lo más israelí que hay. Se destaca por lo barato de sus precios en condimentos, frutas, verduras y pescaderías. Es el más grande de Gush Dan y no sólo abastece a los lugareños. La gente, que sale cargada de bolsas y sube a los colectivos de regreso a sus hogares, da cuenta de ello. Es el lugar indicado para un almuerzo sabroso y barato. Se pueden comer burekas turcas, falafel y, en los últimos años, comida asiática en los múltiples locales y restaurantes abiertos destinados al público trabajador.

Mercado de la Ciudad Vieja - Jerusalén

Conformado por largas callejuelas, que atraviesan la Ciudad Vieja y el límite entre los barrios cristiano, musulmán y armenio es una verdadera muestra medio-oriental, viva y plena, donde se encuentra de todo, desde comida y ropa hasta productos electrónicos. Se destacan las frutas y verduras. No siempre es agradable transitar por sus calles pero, en los días calmos, es recomendable gozar de su clima, colores, voces, olores y sabores. Hay hummus excelente, beigales riquísimos, knafes maravillosos, restaurantes y cafés.

Mercado de Mahane Yehuda - Jerusalén

Se encuentra entre las calles Jaffa y Agripas y se estructura sobre dos ejes centrales: Mahane Yehuda y Etz Hahaim. Entre ambas se abren pequeñas callejuelas. Una de esas, Hagas, fue perpetuada por Ehud Banai[6] en su canción "Rechov Hagas, 1" que cuenta sobre la casa de sus abuelos, Meir y Malka Banai.

En la visita descubrirán olores, colores, los llamados de los comerciantes y algunas sorpresas inesperadas entre los puestos de pescado y pollos. En los últimos años, fue cambiando su fisonomía y, en la actualidad, es posible disponer de restaurantes gourmet, joyerías, ropa de diseño y locales de comida orgánica. Pueden comprar de todo: verduras, frutas y condimentos, carne y pescado, pastelería, dulces, flores, ropa y utensilios de cocina. Quien se vea asaltado por el hambre, deberá elegir si detenerse en alguno de los puestos de falafel y shawarma, comer una buena mezcla jerosolimitana en alguno de los mitológicos restaurantes del mercado o sentarse en alguno de los bares, abiertos en el último tiempo.

6- Nacido en 1953. Es cantante y compositor israelí.

Mercado de la Vieja Acre

Vivo, efervescente y pleno, se ubica en la calle Marco Polo. Es la zona turística y sirve a los residentes locales lo que garantiza realidad y auténtico clima. Pueden encontrarse locales de ropa, música, recuerdos y objetos pero, la verdadera estrella, es la comida. Se venden frutas y verduras, plantas medicinales y semillas de condimentos, pescados y frutos de mar, puestos y locales de dulces orientales, en los que pueden adquirirse bloques enormes de halva y un knafe maravilloso. No dejen de visitar los abundantes restaurantes populares, probar el excelente hummus y aprovechar al vendedor ambulante de jugos a quien conviene comprarle uno de granada.
El recorrido es una vivencia sorprendente y sugerimos completarla con un paseo por los sitios turísticos de alrededor.

Mercado de Nazaret

Es posible encontrar negocios de condimentos, telas, joyas, almacenes y más. En las callejuelas se ubican los talleres de los artesanos, como los fabricantes de cuchillos y, en la vecina explanada de las verduras, descubrirá que hay verdores sobre las que nunca escuchó y que es posible condimentar una sopa con todo tipo de tallos. La casa grande, que ocupa el plano del mercado de verduras, es la vivienda de la familia Al Fahum, una de las más veteranas y conocidas de Nazaret. Por debajo, funcionan dos pastelerías: en una se compra un beigale especial en su tipo con anís y, en la segunda, una pizza excelente. Al seguir comienza a sentirse el fuerte olor a café.

Mercado de Dalyat al Carmel

En la calle principal funciona, todos los días, el famoso mercado de la ciudad. Incluso quien no se acerca hasta allí para realizar sus compras, disfrutará de la variedad de estilos de decenas de locales que ofrecen su mercadería. Es posible encontrar artículos de bronce y antigüedades, alfombras, jarras, ropa y, por supuesto, recuerdos turísticos.

Entre esos se ubican muchos restaurantes que ofrecen comidas étnicas, tal como lo indica la tradición, confiterías de las que surge el olor a baklawa, despertando el apetito y puestos donde es posible comprar aceite de oliva de calidad, aceitunas, pan árabe y crema local.
En los últimos años, se abrieron algunas galerías especializadas en reproducciones artísticas del país y el mundo y cuadros originales pertenecientes a artistas conocidos en Israel.

Mercado de Ramle

La calle Jabotinsky es la del mercado considerado uno de los más hermosos y coloridos de Israel. A la visita conviene destinar tiempo y disfrutar de la variedad de productos que exhiben los comerciantes mientras ofrecen su mejor mercadería a los precios más bajos. Quien preste atención descubrirá que, parte de los negociantes ya no se esfuerzan por gritar sus ofertas. Es posible encontrar condimentos especiales en los locales de comida hindú y antigüedades de estilo árabe. No renunciar a la limonada fría con hielo ni a la comida excelente en uno de los restaurantes hindúes de la calle Herzl.
El mercado funciona a diario.

En Abu Gosh

EL HUMMUS ES EL REY

Un ganador de la lotería apostó a la pasta de garbanzos para continuar con su buena fortuna, estableciendo un comercio en el pequeño lugar donde creció.

La aldea, predominantemente árabe, de Abu Gosh, en las pintorescas colinas al oeste de Jerusalén, es conocida por su hummus – la cremosa pasta de garbanzo, fundamental en la cocina de Medio Oriente - de alto nivel internacional.

Abu Gosh cuenta con 15 restaurantes, casi todos especializados en hummus.

Pero, tal vez, el más famoso sea el *"Restaurante Abu Gosh"*, inaugurado en 1993 por Jawdat Ibrahim. Hace poco Ibrahim decidió batir el récord mundial. Tal como fuera verificado, por un representante del Libro "Guinness" de récords mundiales, preparó una cantidad de hummus suficiente para rellenar una gran antena parabólica. La pasta pesaba más de 4.000 kilos, superando a un restaurante de Beirut.

Ibrahim comenzó su emprendimiento luego de ganar la lotería en Chicago. Eligió invertir su ganancia en el lugar donde creció. La estrategia valió la pena.
Su restaurante recibe unos 15.000 clientes durante los fines de semana, en especial los sábados, cuando la mayoría de los establecimientos israelíes están cerrados por Shabat.

Conoce Abu Gosh en youtube:
http://www.youtube.com/watch?v=J4egREv2bKY

¿SABÍAS QUÉ?

HUMMUS

Científicos de la Universidad Hebrea de Jerusalén acaban de descubrir que los garbanzos tienen grandes cantidades de un aminoácido llamado triptófano, precursor de la serotonina que actúa como neurotransmisor sobre el sistema nervioso y el cerebro produciendo una sensación de felicidad y bienestar. Asi es que ¡a comer hummus!

-SABRASÍSIMO-

Las Mejores Hamburguesas

DE TEL AVIV[7]

Una nueva columna: "Los entusiastas de la comida Taste TLV" [Saboree Tel Aviv] dan su veredicto sobre lo mejor del escenario gastronómico que la ciudad ofrece. Taste TLV es la más reciente guía culinaria para la gastronomía en Tel Aviv.

7- Kassandra Grunewald/Taste TLV. Es co-fundadora de TasteTLV.com. Fue ávida gourmet y desde que puede recordar se ve haciendo comidas con hierbas y arena en el patio para sus invitados imaginarios.

Para los carnívoros hambrientos encontrar una jugosa hamburguesa de carne (kosher o no-kosher) en Tel Aviv, puede ser más fácil de lo que piensa. Muchas ofrecen variedades desde cordero hasta la carne vacuna e, incluso, vegetariana. Algunos consideran que es la carne lo que hace a la hamburguesa. Otros creen que son los ingredientes. Sea por lo que fuera, pueden estar seguros de satisfacer sus requerimientos en una de las muchas buenas hamburgueserías de Tel Aviv.

Si tiene antojo no busque más: ***Wolfnights*** es la dirección que ofrece, a los amantes de la carne de Tel Aviv, una variedad de hamburguesas e ingredientes (cebollas a la parrilla y su deliciosa mayonesa de ajo de la casa). Pruebe la "Flagship Burger" (jugosa mezcla de vacuno, cordero y mayonesa de ajo) o el "Wolfnight Special" (hamburguesa de carne acompañada con tomates y cebollas frescas y la salsa Wolfnights).

Pero, ***¿no es carnívoro?*** Hay opciones ***vegetarianas*** con ingredientes frescos. Incluso si ordena para llevar se deleitará, porque "esos genios" envuelven todas las partes de la hamburguesa por separado. Nunca tendrá que preocuparse por un pan empapado otra vez.

Si es amante de la carne encontrará que ***Meat Bar*** lo complementa utilizando una presentación simple que enfatiza su sabor. Nada le distraerá la atención que esa carne merece. El menú ofrece variedad y calidad, desde solomillo a la parrilla hasta hamburguesas hechas a mano. También puede encontrar pinchos, Carpaccio y costillas. Además sirven cerveza de ocho empresas locales así como un rico menú de licores para disfrutar con su comida.

La Champa ofrece un tradicional giro español en las hamburguesas, creando pequeñas tapas especiales. ***Guy Shevach*** abrió este local después de inspirarse en el escenario culinario de Barcelona y el concepto de la barra une deliciosos platos pequeños, vinos espumosos y una atmósfera relajada. La carne es un ingrediente favorito que se luce en el ***Choriquante,*** bocados pequeños de salchicha picante y mini hamburguesas emparejadas con croquetas de papa. Junto con las tapas combina el plato con el fresco sabor de un vino espumoso. Puede entrar, ordenar una botella, tomar las copas y beber cerca de la fuente, en el Boulevard Rothschild.

Localizado en el Boulevard Rothschild, **Brewhouse**, alberga no sólo variedad de platos de carne, sino una selección de cervezas locales para ser disfrutadas con cada comida. Combina hamburguesas, hot dogs, salchichas, alitas, búfalo y otros bocadillos surtidos. Disfrute sus hamburguesas, que mezclan la masa del pastelillo con el pan y sazona el plato con especias llegadas, en directo, de la cocina de su mamá. ***La primera vez que comí ahí no pude parar hasta que estaba tan llena que, literalmente, lloraba. La refrescante cerveza es producida en la casa, justo delante de sus ojos.***

Si no puede separar entre la grasa y el humo, en **Homeburger**, pruebe la frescura de los ingredientes. Lo que saborea es 100 por ciento de una fresca costilla de carne de la más alta calidad, guardada en una habitación de frío a temperatura moderada. Cada día la carne es molida a mano y mezclada con la receta secreta de hierbas. Los panes vienen tibios y frescos mientras que, los vegetales y otros ingredientes, son crujientes y sabrosos.

Aunque tienen un servicio de entrega a domicilio rápido, sugerimos que vaya al lugar para disfrutar la fresca y jugosa hamburguesa directa de la parrilla a la boca. No se deje intimidar por la apariencia del lugar. Pero, una vez que esos jugos de la hamburguesa gotean por su barbilla, olvidará donde está.

Otros platos populares incluyen alitas picantes, refrescantes ensaladas de ave con vinagreta de mango y pollo Ciabatta.

¿SABÍAS QUÉ?

LAS SOPAS

Son típicas de la cocina kurda. Incluye la hamusta (consomé ácido hecho con acelgas y zucchini), o la sopa roja con tomates y remolachas. Es probable que lo reciba una mesa llena con pequeñas ensaladas, hummus y pan pita fresco, así que recuerde ahorrar algo de espacio para la pesada sopa. Jerusalén tiene una gran comunidad kurda.

-SABRASÍSIMO-

Despertar y oler el aroma del café [8]

La cultura del café está rebosando más que la leche que acompaña al café – latte, desbordando los mercados internacionales.

Más allá de la afiliación política e ideológica o el estatus social, existe una cuestión que, en apariencia, une a todos los israelíes: el amor al café. Si caminan por las calles, a cualquier hora, en todas las bulliciosas ciudades como Tel Aviv, Jerusalén y Haifa, creerán que cayeron dentro de un sueño y aterrizaron en París o Londres, al ver los cafés en las veredas abarrotados de mesas con sombrillas y poblados por legiones de clientes.

En los últimos 15 años, las cadenas proliferaron a tal punto que, sus logos, se encuentran tan presentes como los arcos dorados de las clásicas hamburgueserías.

En un país repleto de cadenas de cafés - gourmet, que ofrecen de todo (desde un expreso doble hasta un capuchino moka), algunas de las más exitosas comenzaron a expandir sus horizontes exportando sus sabrosas variedades al exterior. Adiós a las naranjas de Jaffa!
¡ Bienvenidos los batidos de café helado!

8- Jeffrey Heyman.

La fuerte cultura cafetera

La cultura del café israelí forma parte del carácter del país desde antes de que fuera declarado Estado (1948). Según Michael Reiner, uno de los principales proveedores de café del país y estudioso de temas afines, el hábito de sentarse y relajarse para beber café contagió a toda la sociedad israelí.

"Israel es conocido por tener una fuerte cultura del café", dice Reiner, involucrado en el negocio desde hace más de 35 años. "Y, principalmente, se debe a que nos encontramos en una región oriental del mundo y adoptamos los hábitos de los pueblos beduinos y árabes locales, quienes le otorgan gran importancia al acto social de preparar y beber una taza de café".

De hecho, jugó un rol significativo en la creación del país. Los dirigentes de las unidades clandestinas, formadas para luchar contra la presencia británica en la Palestina anterior a 1948, solían reunirse en el célebre "Atara" de Jerusalén para planear estrategias, compartir información y beber la mezcla espesa y fuerte del café turco (conocido como "botz" /"barro", en hebreo). Ese **"botz"** permaneció como el elegido durante décadas para los reservistas del ejército hasta los estudiantes que se queman las pestañas para los exámenes, subsistiendo a base de esa bebida, dulce y negra, y apreciando el vínculo social de sentarse mientras se elabora ese aromático brebaje.

Pero, a lo largo de los años, otros tipos avanzaron, con lentitud, en los menús, incluyendo el **"nes"** (abreviatura de "Nescafé"), el instantáneo aceptado en los Estados Unidos y el capuchino (favorito europeo) preparado expreso, leche caliente y espuma. Los israelíes acuñaron el término **"café hafuch"** (dado vuelta) a este poción sofisticada.

A medida que comenzaron a viajar al exterior, entre 1970 – 1980, regresaron con las semillas de la cultura del café expreso que, pronto, proliferaría a través de todo el país (tendencia que se ensambló con la tradición de sentarse y conversar alrededor de una taza de café).

El movimiento del café de calidad

Según Ofer Gvirsman, vice- presidente de marketing de la cadena de cafeterías "Cup O' Joe", desde mediados de los `90 comenzaron a descubrir lo que luego se conoció como **"café de especialidad o gourmet"**. "El movimiento comenzó, hace unos 15 años, con el batido saborizado en venta en la cafetería Ilan's en Tel Aviv y la cadena Arcaffe. Fueron los primeros en utilizar la terminología: **"café gourmet"**, antes de ser conscientes de su existencia.

En 1996, la cultura del café israelí comenzó a rebosar (más que la leche) por encima del café – latte, con cadenas que abrieron sucursales en todo el país.

Un estudio de mercado calcula que, alrededor de 500 cafeterías, se abrieron en Israel entre 1995 y 1998. Esos emprendimientos ofrecieron una variedad de bebidas a base de café frío y caliente – incluyendo el favorito del cálido Mediterráneo, el espeso **ice coffee** (barad) – sino que, también, servían innovadores productos de gastronomía, incluyendo sándwiches y ensaladas.

Cada establecimiento tiene su propio concepto, estilo y ambiente.

"Creo que los israelíes somos más apasionados de las cafeterías que del café. El café es importante pero, también, lo es la clientela, el diseño y el menú que se ofrece".

Hoy resulta imposible caminar cien metros sin encontrarse con un logo identificable de las principales cadenas, sin dejar de mencionar las cientos de cafeterías - boutique.

"El mayor incremento en el consumo, calidad y variedad ocurrió en la última década, debido a la proliferación del mercado "fuera de casa", que abarca "bares de café expreso, restaurantes y cafeterías", comenta Reiner de Ava Coffee. **"La bebida más popular** es el **capuchino**, o el **café hafuch** conocido como **"Capuchino Tel Aviv"**. El segundo es el **ice coffee** y el tercero es el **expresso**. Este último es la principal prueba de un café de calidad: al degustarlo se puede determinar si es buena (o no) una cafetería".

A pesar de la divergencia de sabores, el más vendido para consumo hogareño es el turco molido fino, que suele hacer cierto **botz** (barro). Pero esa tradición está siendo eclipsada por la creciente popularidad de las máquinas de expresso, que se están convirtiendo en algo infaltable en oficinas y cocinas de todo el país.

¿SABÍAS QUÉ?

Mc Falafel!

La conocida cadena de comidas rápidas lanzó un nuevo producto para aggiornarse al sabor local.

Los mejores del mundo

Según la revista Newsweek y en una encuesta realizada a 53 prestigiosos cocineros se eligió a los restaurantes Abraxas North y Habasta de Israel entre los 101 mejores del mundo. Del primero se recomienda su entrecote y del segundo la pizza con trufas.

Los nuevos chocolateros[9]

Un equipo de productores gourmet está llevando chocolate de alta calidad a los mercados israelíes y extranjeros.

Cada día, cuando abre su fábrica de chocolate en el distrito artístico de ***Ein Karem,*** en Jerusalén, Sima Amsalem ofrece sus dulces con una voz tan aterciopelada como las ***47 variedades de trufas y pralinés*** que, con su equipo, preparan de manera artesanal. "Hablamos con el chocolate; le decimos cuánto lo queremos. Y eso ayuda!" , dice Amsalem, una esbelta y joven madre que experimentó, en su propia cocina de Jerusalén, hasta que el negocio floreciente demandó espacios más amplios.

Amsalem forma parte del equipo, cada vez mayor, de productores de chocolate-gourmet israelí. ***El nombre más conocido es, probablemente, Max Brenner,*** que apareció en la escena local en los años '90 del siglo XX y, ahora, está cobrando presencia mundial. De hecho, durante un tiempo, Amsalem vendía sus productos Sweet N' Karem en las tiendas Brenner en Israel, luego de que Max Brenner se convirtiera en parte del emporio de alimentos Strauss, y no ofreciera más sus dulces artesanales.

Los árboles de cacao no crecen en Israel (el 70% proviene de África), y los procesadores, que convierten los granos amargos en bocados, licor, manteca, tortas y polvo de chocolate, se concentran en Europa Occidental. Pero, los israelíes, importaron la materia prima y produjeron, en masa, esas delicias desde antes de la creación del Estado.

9- Avigayil Kadesh.

El chocolate artesanal israelí, en realidad, es anterior a Max Brenner. ***Ornat, fue el primer fabricante de chocolates artesanales belgas kasher del país.*** Actualmente, cuenta con un centro de visitantes y una fábrica en Gush Tel Mond, y abastece a muchos hoteles; al duty - free shop del aeropuerto, y vende productos en ciudades como Londres, París y Nueva York durante las festividades judías.

Después de la revolución de Max Brenner, algunos de los nuevos protagonistas en este terreno son: Trinidad Chocolate de Tel Aviv, Mishi Chocolate Boutique en Kiryat Tivon, cerca de Haifa; Roy Chocolate en Petach Tikva, Ruti Chocolates en Ramat Hasharon, Gabrielle's Madame Chocolate en Ramat Gan, Logochoko en Haifa, Chocolate Dreams en Modi'in, y Sweet N' Karem y Nona en Jerusalén.

Un número cada vez mayor de negocios gourmet están vendiendo muchos de los productos de estas marcas en todo Israel.

El otro dato interesante es que gran parte de la escena del chocolate-boutique está dominada por mujeres. Quizá no sea una mera coincidencia: las mujeres occidentales citan al chocolate como uno de sus principales antojos de comida y una encuesta muy mencionada en Estados Unidos descubrió, incluso, que muchas admiten que prefieren comer chocolate a tener sexo.

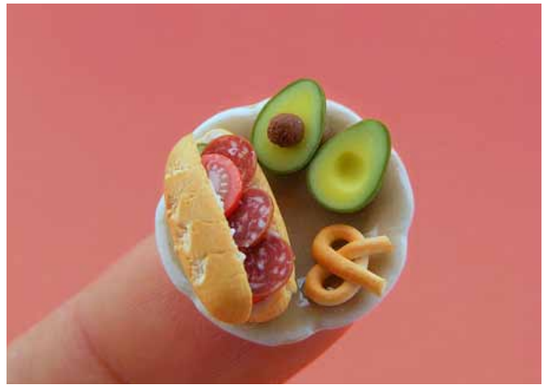
Hay dos elementos que hacen de la comida de Israel única. Uno es nuestra ubicación a lo largo de la costa del Mediterráneo, capaz de reflejar el cálido sol, las aceitunas que crecen en los olivos, el aceite de oliva prensado, panes, pescados y carnes que convirtieron al mare nostrum en lo que muchos consideran la dieta más sana del mundo.

Además, Israel produce las mejores frutas, verduras y productos lácteos del mundo. Desde las legendarias naranjas de Yaffo, exportadas por primera vez a Europa en los años 30 del siglo XX, a través de kiwi, cítricos, tomates, pimientos, a flores, yogures y quesos que se exportan hoy en día, **Israel ofrece a sus visitantes de todo el mundo lo mejor de su cocina.**

-SABRASÍSIMO-

Shay Aaron

El talento y la creatividad no tienen tamaño. En Tel-Aviv y el mundo entero causan sensación estas detalladísimas esculturas en miniatura del artista israelí Shay Aaron quien logró un nivel de realismo y detalle que hace preguntarse, a todos, sobre cuál será su técnica. Compartimos algunas de sus obras, que son una muestra representativa de lo variado y sorprendente que puede ser el arte y gastronomía en Israel.



VINOS

EatWith

La experiencia de comer con un israelí! EatWith conecta a anfitriones locales con turistas que buscan una experiencia gastronómica auténtica y única durante su visita al país.

A través de EatWith, pueden disfrutar en decenas de casas israelíes por todo el país y de todos los orígenes culturales: desde apartamentos tipo loft en el sur de Tel Aviv, a las antiguas casas de piedra en Jerusalén o las hermosas casas rurales en los kibutzim. La variedad de experiencias es interminable. Los turistas pueden elegir entre platos tradicionales ortodoxos en Jerusalén, picnics con asado estilo argentino o comidas gourmet creados por chefs de fama mundial.

Cada huésped es seleccionado basándose en su experiencia personal, estilo en alojamientos, espacio para entretenimiento y calidad de los alimentos, entre otros parámetros. Los anfitriones pueden ajustarse a un número variable de personas, de dos a veinte.
Los precios van desde 100NIS a 300NIS por persona, dependiendo de los ingredientes, la costumbre culinaria del anfitrión y el estilo del evento.
www.eatwith.com

-SABRASÍSIMO-

La industria de vinos

LA REVOLUCIÓN QUE TRANSFORMA

El clima israelí, las nuevas y destacadas variedades y la habilidad de los jóvenes productores de vinos formados en el exterior, todo suma en la revolución de los vinos.

Es posible que Noé comenzase con el pie izquierdo cuando plantó su viñedo en Israel pero, al menos, a sus descendientes les está yendo bien.
En todo el mundo, los vinos israelíes están ganando premios y galardones; noticias que, por cierto, embriagan a los productores locales.

El experto en vinos americano Robert Parker dice, "los vinos están mejorando todo el tiempo y algunos son magníficos". Las revistas de vinos como Wine Spectator escribe: *"(...)La calidad va hacia una marcada mejoría"*.Los críticos y la gente sencilla, que busca algo para beber con la cena, está descubriendo que, los vinos israelíes, no sólo son para el Kidush del viernes por la noche.

¿Qué es, entonces, lo que cambió desde aquella botella de vino israelí, pegajoso, almibarado, sin experiencia? (acertada descripción del producido por la bodega Carmel cuando fue fundada, por Edmond James de Rothschild, en 1882). Mucho; tanto en términos de know-how como en la pasión israelí, casi desenfrenada, por la producción de vinos.

Daniel Rogov, crítico de vinos y restaurantes del periódico israelí "Ha'aretz" afirmó sobre la industria actual: *"Contamos con una comitiva de productores, formados internacionalmente y con experiencia a nivel mundial; algunos nacidos en Israel, otros no. Tenemos productores de vino de nivel internacional y eso es muy importante".*

"En segundo lugar, las bodegas son de última generación. Las pequeñas y medianas cuentan con modernas instalaciones, y todas las técnicas para producir excelentes vinos. En tercer lugar, y el más importante, estamos aprendiendo, cada vez más, y desarrollamos mejor nuestros viñedos en términos de tecnología".

Hace tres años atrás, señala, Mark Squires que escribe para ***"Parker"***, visitó Israel y escribió sobre nuestros vinos, elogiándolos. ***"Unos 13 o 14 - entre 90 -*** (significa que son) ***realmente vinos sobresalientes"***, dice Rogov.

De Rothschild a ganadores de premios

Ya sea en las colinas de las Alturas del Golan o las tierras sureñas del Negev, existe una sucursal de una bodega importante, o una de las 200 o más independientes vinerías-boutique en funcionamiento. El Director de Desarrollo de Vinos de Carmel, Adam Montefiore destaca: ***"Israel se unió a los productores de vino de calidad a nivel mundial, con el agregado de su historia en esa área, que es de larga data".***

Un vino de calidad (...)" tiene que tener un buen equilibrio entre sus elementos – frutas, maderas y taninos, tienen que estar en un delicado balance", explicó Rogov.

"Para que sea una buena calidad debe tener lo que llamo una buena estructura; que se construye para que el vino dure más de un corto período de tiempo ; debe permanecer en la cava por un mínimo de cinco años, en algunos casos 75 – 80, pero no con vinos kasher. Y, en tercer lugar, uno de los axiomas a los que adhiero es: no todos los vinos deben ser excelentes. Pero, todos, deben brindar placer a quien lo bebe".

"Todo depende del cristal con que se mire", dice Montefiore. "Lo que considero un vino de calidad difiere de lo que usted, o su esposa, puedan pensar. El vino es como la música; cada cual puede elegir lo que quiera. Algunos gustan de la música simple, a otros les gusta Bach. Algunos se deciden por el rock o el hip hop... ***De modo que uno sabroso para alguien es un buen vino. Y es la variedad aquello que los hace tan interesantes".***

-SABRASÍSIMO-

De la producción de videos

A LOS VIÑEDOS

Uno de los elementos más fascinantes de la revolución de bodegas - boutique israelíes es su proliferación. Las abren personas que se fanatizan y abandonan sus carreras.

Ese es el caso de Zeev Dunia, quien fuera Jefe del Departamento de Producción de Video y Televisión en el Colegio de Tecnología Hadassah (Jerusalén), cuando fue picado por el bichito de la producción de vinos, mientras realizaba una película sobre el tema entre 1994 – 1995. ***"Fui productor de películas durante 25 años. Al principio, no estaba interesado en el tema (vinos)"***, Dunia comenta, mientras hace una pausa para controlar las uvas, ***"Pero, cuando terminé la película, que tomó alrededor de un año porque siguió todo el proceso de la producción, (desde el viñedo a la copa), empecé, inconcientemente, a desarrollar interés creciente". "Eso le sucede a mucha gente: descubren el vino y, sin tener ninguna experiencia particular, se van involucrando, cada vez más, y esa es su magia. Si tuviéramos que describir qué es lo que resulta tan especial diría que nunca es lo mismo. Cada botella es diferente...cuanto más uno se involucra, más nos sorprende",*** agrega.

Dunia es propietario de una bodega en Bar Giora, en las colinas de Judea. Ese pequeño, pero destacado, emprendimiento produce, por año, unas 1500 cajas. ***"Hay mucha pasión ya sea en un productor de vinos o en un vitivinicultor",*** dice, orgulloso de las ***"variedades únicas"*** que producen, en particular su Zinfandel y su última adquisición de Chenin Blanc. Hace unos años, la crítica de vinos de Le Figaro y un representante de Galería Lafayette le dijeron, en una exposición en Tel Aviv, que era ***"el mejor vino que habían probado en Israel".***

Con un sombrero de ala ancha para protegerse del sol, Dunia pasa gran parte del tiempo en los viñedos; en ocasiones ahuyentando a los venados que tienen debilidad por sus uvas. Dice que su producción le proporciona una conexión más profunda con la tierra. ***"Algo que me ocurrió, durante estos últimos 10 años, es que comprendo, en verdad, la importancia de trabajar la tierra y lo que eso genera. Antes sentía que era un ciudadano del mundo, que podía vivir en cualquier lugar y hacer mi trabajo. Ahora, una vez que se planta algo, no puedes abandonarlo...Y creo que deberíamos estar más atentos a la importancia de la agricultura, no en el sentido comercial...¡Es nuestro futuro!"***

El sur de Haifa

CENTRO DE TURISMO NATURAL Y CULINARIO

Tres razones para visitar la pujante región del Carmel en Israel: vinos orgánicos, cervezas-boutique y chocolates.

Israel recorrió un largo camino desde que la atracción principal en la región, ubicada a lo largo de la costa del Mediterráneo, al sur de Haifa, fueran las Bodegas Carmel, productores de los dulces vinos sacramentales, típicos del país, utilizados para el Kidush del Shabat y las festividades. Hoy los vinos no sólo mejoraron, al punto de obtener premios internacionales, sino que todo ***el Carmel se posicionó como la futura región prometedora para el turismo natural y culinario.*** Las atracciones incluyen una granja orgánica, una moderna fábrica de cerveza, y varias bodegas-boutique, incluyendo una con el agregado de degustaciones de vinos y chocolates.

Tomen uno o dos días para visitar una de las nuevas zonas más pujantes de Israel.

A continuación proponemos un itinerario que los dejará satisfechos y burbujeantes. Comiencen en el extremo norte de la región del Carmel, y diríjanse hacia el sur. Disfruten, y aprovechen, los enormes y famosos desayunos que los hoteles israelíes ofrecen, ya que su primera parada es el ***Viñedo Amphorae,*** bodega orgánica que tiene gran cuidado por la salud y el paladar de los bebedores.

Establecido en el 2000, ***Amphorae*** está ubicado a la salida de la carretera N°4, cerca del moshav Kerem Maharal. El edificio fue diseñado para asemejarse a una auténtica villa de la Toscana. Dentro, en el primer piso, se encuentra un elegante espacio para degustaciones. Más abajo están los barriles de fermentación y una especie de "biblioteca" de madera oscura y refrigerada, con cada uno de los vinos que se producen.

Ubicada prácticamente al lado de Amphorae, se encuentra la ***finca orgánica Makura,*** especializada en aceitunas y aceite de oliva. Su propietario, Guy Rilov, les mostrará el lugar. Además de recibir visitas individuales, también recepciona, cada semana, grupos de escuelas que llegan no sólo por las aceitunas, sino para aprender acerca de la propuesta de granjas 100% sustentables.

Makura genera toda la electricidad que necesita a partir de paneles solares, recicla el agua en tres grandes estanques con plantas especiales que absorben microbios, abonos orgánicos e, incluso, emplea a bio-abejas del Kibutz Sde Eliyahu para combatir los insectos sin pesticidas.

La granja de 400 acres, donde **Rilov cultiva ocho variedades de aceitunas,** produce 50.000 litros de aceite de oliva al año. La mayor parte es vendido localmente, aunque parte se exporta hacia Alemania.

Continuando hacia el sur, llegarán al encantador poblado de Zichron Yaakov, ubicado sobre una colina con vista al mar. **Zichron** es la casa de la venerable Bodega Carmel, que ofrece un tour y, también, de la menos conocida fábrica de cerveza **Pavo;** creación de Nachi Bargida, conocido empresario que pasó 22 años importando y exportando neumáticos agrícolas. Bargida fue bueno en lo que hizo, y a los 48, decidió invertir su propio dinero (1.5 millones de dólares o más, dice) para crear una fábrica de cerveza orgánica, con atmósfera de cervecería alemana. Pueden sentarse al aire libre y disfrutar, los jueves por la noche, de una banda o hacer una visita por la factoría. Pavo se inauguró a fines del 2010.
Ofrecen cinco tipos de cerveza de barril. Además, cada mes, Pavo produce una cerveza especial con un sabor único; el favorito es el de especias de India con cardamomo, flores moscatel y azafrán.

Las cervezas de Pavo se venden en pubs y restaurantes en el área de **Zichron Yaakov** y **Tel Aviv.** Se producen 14.000 litros de cerveza por mes. Todo es kasher, sin azúcar ni aditivos artificiales.

La última parada no es orgánica sino deliciosa. La bodega-boutique **Tishbi** ubicada en la pequeña aldea de Binyamina, que funciona desde 1984. Un negocio familiar iniciado por Jonathan Tishbi, ahora administrado por sus nietos, incluyendo a Golan Tishbi; productor de vinos y el anfitrión en el cuarto de cata, donde se sirven vinos de alta calidad y chocolates importados de Francia.
La degustación, de 45 minutos, empareja seis vinos con seis chocolates en tres copas de diversos tamaños; desde blanco seco al rico Merlot, mientras que los chocolates son identificados por su procedencia y por el porcentaje de cacao que llevan.

Tishbi enseña a los visitantes a cortar un trozo de chocolate y dejarlo derretir en sus bocas, antes de degustar el vino apropiado. Pueden probar el chocolate junto con el vino, o tragar el chocolate después; pero ¡no lo muerdan!

La bodega Tishbi cuenta, al lado, con su propio restaurante. Produce más de un millón de botellas de vino por año, las vende en todo el mundo y todo es kasher.

Existen muchas más cosas para hacer en el Carmel: el Consejo de Turismo Carmelim (www.carmelim.org.il) publica un mapa completo (de momento sólo en hebreo) con toda la lista de atracciones, desde deportes extremos, museos, hasta una amplia variedad de parques nacionales con hermosas vistas.

¿SABÍAS QUÉ?

GUSTO A PAZ
SAL ISRAELÍ-PALESTINA

UNA START-UP ISRAELÍ PRESENTA SAL EN UN ABANICO DE SABORES. SE TRATA DE "LA SAL GOURMET MÁS SANA DEL MUNDO". EL PRODUCTO PROVIENE DE LAS COSTAS DEL MAR MÁS BAJO DEL GLOBO. EL NUEVO CONDIMENTO, LLAMADO "SAL PURA DE MAR", JUNTA HIERBAS PARA CONDIMENTAR Y ES FABRICADO EN 20 GUSTOS DISTINTOS.
EL PROYECTO ES RESULTADO DE LA COOPERACIÓN REGIONAL ENTRE PALESTINOS E ISRAELÍES.
"ESTAMOS ORGULLOSOS DE LOS RESULTADOS ALCANZADOS Y PODAMOS DEMOSTRAR AL MUNDO UN NUEVO CAMINO PARA LA COOPERACIÓN REGIONAL ENTRE LOS PUEBLOS".
"EL CONOCIMIENTO QUE APORTAN A LA MESA, JUNTO A LOS MÉTODOS DE FABRICACIÓN TRADICIONAL, SON UN COMPONENTE CLAVE PARA LA FABRICACIÓN DE UN PRODUCTO EXITOSO".
ESTA SAL NO CONTIENE QUÍMICOS, ADITIVOS, COLORANTES O REFINAMIENTO ARTIFICIAL DE NINGÚN TIPO. "EL GRAN APOYO ES TESTIMONIO SORPRENDENTE DE LA DEMANDA DE SALES RICAS EN MINERALES".
LA IDEA SURGIÓ EN 2011, CUANDO SPENCER TUNICK FOTOGRAFIÓ A MILES DE ISRAELÍES DESNUDOS EN EL MAR MUERTO. LA PLACA DESPERTÓ MUCHO INTERÉS MUNDIAL EN EL SITIO. "ME CONVERTÍ EN UN ACTIVISTA DEL MAR MUERTO. EL PRODUCTO CONSTITUYE UNA VÍA MÁS PARA CONOCER LA REGIÓN".

Hablando de Vinos

LOS PROFESIONALES[10]

¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE UN VITIVINICULTOR, UN FABRICANTE DE VINOS Y UN SOMMELIER? LA RESPUESTA ES SIMPLE: CADA UNO ES UN EXPERTO EN SU PROPIO TERRENO.

La industria del vino es como cualquier otra. Encuentra un hogar para los que buscan una carrera en la producción, distribución, logística, ventas y mercadeo.

Hay tres profesiones que son particulares sólo para el vino.

El vitivinicultor

Es un agrónomo especializado en viñedos. En el cultivo del vino, el manejo de las viñas es muy importante, ya que puede hacer buen vino de buenas uvas pero es difícil hacer buen vino de uvas malas. ***Es por eso que las bodegas hablan sobre cultivar el vino en los viñedos, en lugar de sólo ocuparse de las uvas.***
Algunas de las bodegas más grandes emplearán un especialista en viñedos para conducir sus viñas y dar instrucciones para los cultivadores y manejadores de las áreas. Los agrónomos israelíes estudian en la Facultad de Agricultura de la Universidad Hebrea (Rehovot) y en el Instituto Volcani (Beit Dagan).

Su trabajo es supervisar el viñedo incluyendo la elección de variedades y clones, la plantación, la poda de invierno, el cultivo y la cosecha. Emparrar o entrenar la viña y el manejo del dosel de la vid son cruciales para la calidad final.
El vitivinicultor juega un papel principal en la calidad del vino resultante.

10- Adam Montefiore trabaja para la Bodega Carmel y escribe regularmente sobre vinos para publicaciones israelíes e internacionales.

El fabricante

Es el chef de la bodega. Trabajará con el vitivinicultor y los cultivadores, pero si el primero es responsable por la viña, el fabricante está a cargo de la bodega. Es garante de recibir las uvas en la cosecha y transformarlas en vino. La selección, aplastamiento, prensado, fermentación, envejecimiento, mezcla, embotellamiento y maduración en botella son su responsabilidad decidiendo cuáles mezclar, siendo la idea crear algo mejor que las sumas de sus partes. También debe decidir qué terreno o parcela deberá mantenerse separado para un vino de una sola viña o para ser parte de una mezcla prestigiosa.
Veinte años atrás la mayoría raramente visitaban los viñedos. Hoy, el vino es hecho en los viñedos así que, los fabricantes modernos, estarán bien versados y se los encontrará eligiendo las uvas en los viñedos.
El fabricante es, en parte, científico, en parte artista, en parte agricultor.
Dos productores distintos de vino con la misma fruta y equipados idéntica maquinaria y tecnología producirán vinos diferentes. Los mejores son entrenados internacionalmente y seguido por la experiencia de trabajo en bodegas famosas. Estudian enología en Davis, (Universidad de California). Hoy parece ser más popular estudiar en la Roseworthy y la Universidad de Adelaida (sur de Australia). Otros eligen casas de altos estudios de Francia o Italia, Nueva Zelanda o Canadá.

Sommelier

Son los profesionales del vino, fuera de las puertas de la bodega, más conocidos en el contexto de restaurantes. Un camarero de vino de calidad a menudo será popular como "sommelier". En teoría, será garante de encontrar representantes de bodegas, probar y comprar vinos, manejar la cava y las instalaciones de almacenamiento, compilar la lista, asegurar la disponibilidad, mantenimiento y limpieza de los accesorios (copas y decantadores) y entrenar al personal. Será su responsabilidad las ventas y los programas promocionales. ***Necesitarán saber no sólo sobre vinos sino también sobre cervezas, aguardientes, licores, café, te, agua, bebidas suaves e, incluso, cigarros.***

Aprenderá a través de la progresión de su carrera en la industria del servicio de alimentos, complementado con cursos como el Wines & Spirits Education Trust (WSET) en Londres o en facultades en Israel. Después, se puede especializar con cursos organizados por The Court of Master Sommeliers o Guild of Sommeliers. Lo más importante es que hagan un internado en uno de los principales restaurantes internacionales para ganar experiencia.

Los sommeliers entrenados no tienen que trabajar en restaurantes. Pueden hacerlo en educación, o como comprador, o ser el profesional para un negocio importador o distribuidor de vinos.

Dónde estudiar

La cadena de tiendas de vinos Derech Hayayin e Ish Anavim enseñan cómo apreciar el vino en una gama de eventos de cata hasta cursos de cinco sesiones. Varias facultades ofrecen cursos (duración un año). La Academia del Vino de la Facultad de Ramat Gan es compatible para amantes y profesionales. También tiene un curso avanzado.
El Curso de Masterado de Cava de Tel Hai, en la Alta Galilea, es adecuado para futuros fabricantes de vino.

El Centro Universitario Ariel de Samaria organiza un curso de vino orientado a aquellos que manejan una bodega boutique o pequeña. **La Bodega Sorek en el moshav Tal Shahar** conduce un curso práctico de fabricación, el cual tiene un enfoque más práctico. Es ideal para los productores de vino casero.

La Facultad Ohalo en Katzrin conduce la formación para estudiantes fabricantes de vino en cooperación con el CFPPA en Beaune, Francia. Se dictan en hebreo. Sin embargo, para los angloparlantes, la ayuda está a mano. **El estadounidense David Rhodes** es un sommelier entrenado y educador de vino de California, que escribe y transmite sobre vino israelí. Es conocido como "el chico israelí del vino". Sus charlas educativas sobre vino, cursos, cavas y eventos de cena con vino se realizan en inglés.

Su Valoración

Un bien valorado vino está hecho 100 por ciento con uvas Cabernet Sauvignon cultivadas en las colinas de Samaria. Tiene un aroma a frutos oscuros, cerezas y vainilla dulce por el envejecimiento en roble. **Es producido por la Bodega Teperberg 1870, conocida como Efrat.**
Teperberg es la bodega de propiedad familiar más grande de Israel y la cuarta de Israel.
Desde que se mudó de Motza al Kibutz Tzora, los vinos mejoraron. Ahora son vendidos bajo etiquetas llamadas **"Teperberg Reserve", "Terra", "Teperberg Silver" e "Israeli".** Este es un buen ejemplo de su etiqueta premier.

¿SABÍAS QUÉ?

Fiddme

Es una aplicación móvil que tiene por objeto tejer una plataforma social en la que los usuarios puedan subir una imagen de lo que comieron, con la receta y comentarios. Así el resto pueden votar los manjares. Se pueden puntuar platos de restaurantes o los de preparación propia.

Sirve como nexo de culturas, pudiendo encontrar desde platos mediterráneos hasta propuestas originales de Rusia. Toda la información queda a disposición de los visitantes de la web que después sólo tienen que hacer uso del buscador y responder a las preguntas, ¿qué y dónde comer? Desde ese momento, su instinto es el que decide.

Israel potencia

EN VINOS

La revolución del vino israelí, cuyos brotes comenzaron a germinar en los ochenta del siglo pasado, llegaron a su récord en el 2011, con 300 bodegas activas y la producción de 60 millones de botellas, dos tercios destinadas a la exportación. A partir de esos logros impresionantes, tanto por la magnitud de la producción (con relación al tamaño del país) como por la calidad, es posible decir que la revolución del vino se cumplió.

Pero, ¿Cómo ocurrió?

- Israel exporta más de 39 millones de botellas de vino, cada año (representa un alza del 10% con respecto al índice anterior).
- Israel cuenta con 48 mil dunam de viñedos. Sólo a título de comparación, a finales de los años ´90, había 20 mil dunam.
- La venta de vinos israelíes constituye un tercio del circuito de comercialización en los locales de vino.
- La conciencia sobre el vino se ubica en una tendencia en alza y, los israelíes, no sólo toman más sino mejor: de vinos medio secos a secos (menos dulces); de delicados a pesados y de gusto compacto.

LAS BODEGAS IMPORTANTES

Las cinco bodegas más grandes son: Carmel, Ramat Hagolan, Barkan, Biniamina y Teperberg. Concentran el 85% del mercado (Carmel sólo mantiene el 40%).

Hasta finales de los años ´80, la Bodega Carmel Mizrahi (luego, Bodega Carmel), controló el mercado de alto nivel casi sin competidores. No había exportación y, la mayor parte de su comercialización, eran vinos de poca calidad destinados a las mesas locales. En ausencia de competitividad y demanda consumidora parecía que, el sector, era limitado. Más aún, Israel era considerado potencia regional en el período que antecedió al gobierno musulmán.

Hallazgos arqueológicos, en especial al norte, relatan la historia de una industria antigua que sobrevivió a los cambios. Tampoco faltan conocimientos ni un lugar de honor en la historia.

Las bodegas Ramat Hagolan, entre las primeras que rompieron el monopolio de Carmel Mizrahi, fueron las encargadas de comercializar, en 1984, los vinos en la ciudad de Katzrin. Su éxito sembró la confianza en el corazón de los agricultores amantes del vino y, a principios de los años ´80, aparecieron en Israel las bodegas- boutique, pequeñas, familiares en su gran mayoría, productoras de vinos en cantidades relativamente pequeñas (una bodega-boutique produce entre 1000 y 100 mil botellas; una comercial es aquella que va desde medio millón de botellas en adelante).

El nombre de bodega-boutique tiene origen desde hace tiempo y, los dueños de viñedos o amantes del vino con recursos, pusieron su interés en convertir el hobby en negocio.

En el transcurso de los ´80, el mercado israelí se abrió a la exportación. Israelíes, que visitaban diferentes países, fueron testigos de nuevas vivencias sociales acompañadas de vinos y retornaron con un sabor refinado, más desarrollado hacia la comida y la bebida. Las uvas Cabernet, Sauvignon y Merlot se volvieron populares, no menos que el Sauvignon Blanc y el Esmerald Riesling.

En el transcurso de los años '90, junto al crecimiento de las bodegas-boutique, comenzó a generarse interés en el público, lo que provocó el turismo del vino, estructura profesional y, con rapidez, el negocio se convirtió en parte de la cultura israelí de nuestros días.

Al mismo tiempo, comenzaron las bodegas comerciales a invertir en mejoras de la calidad dado que, las bodegas-boutique, fueron posicionadas e, incluso, comenzaron a obtener premios internacionales, Los enólogos fueron enviados a estudiar a facultades en el exterior y algunas almacenamientos comerciales empezaron a adoptar bodegas- boutique con fines de imagen. De tal modo puede decirse que incentivaron la industria. Y también a sí mismas: parte de las bodegas-boutique, como por ejemplo, Castel, Saslov y Dalton, se convirtieron en comerciales.

En la actualidad, el sector se encuentra bajo una dura competencia, distinta a la de la última década. La aptitud se convirtió en una capacidad demostrable entre el público judío en la diáspora. Y allí, dicen los enólogos, sólo las grandes bodegas triunfan.

La historia del vino

EN LA TIERRA DE ISRAEL

El vino ocupó un lugar inseparable de la narrativa de la Tierra de Israel. En la cuenca del Mediterráneo oriental fue frecuente desde la Edad de Bronce. El primer viñedo se vinculó a Noé.

La vid es considerada una de las Siete Especies que caracterizan el país. Los preceptos de tomar vino constituyen parte inseparable del judaísmo; empezando por la bendición del Kidush, correspondiente a la noche del Shabat, y siguiendo por las cuatro copas de la noche del Seder de Pesaj[11] hasta Purim[12] en contraposición al Islam que prohíbe su consumo y algunas fracciones del Cristianismo que no lo permiten salvo en la Misa.

Con los años, la vid se convirtió en símbolo de Israel. El estilo de construcción de un sólo piso y con techo plano permitió plantar viñedos para dar sombra.

Muchos intentaron la preparación de vinos hogareños, provenientes de los frutos de sus granjas. A comienzos del siglo XIX, la plantación fue un sector muy importante en las colonias del Barón Rothschild.

En 1870, con la fundación de Mikve Israel, comenzó el sembradío ordenado de vides y la fabricación de vinos. En 1887 se estableció el viñedo de Rishon LeZion que, durante años fue la bodega más grande, encargada de aportar al desarrollo de la colonización. Esos tiempos se caracterizaron por luchas amargas entre los empleados del Barón Rothschild que culminaron en una revuelta (1887).

Los tipos de vid más frecuentes se vieron influenciados por una serie de "decisiones históricas" que tomó el Barón Rothschild y sus expertos que llegaron a Israel desde Francia (fines del siglo XIX) estableciéndose, con el tiempo, bodegas que funcionaban con métodos franceses, como la de Zichron Yaacov.

Desde su apertura y hasta la Primera Guerra Mundial el vino se convirtió en el producto agrícola líder del establecimiento judío en la Tierra de Israel. Tras la creación del Estado, aumentó el terreno y las bodegas pioneras se tecnificaron, sumándose otras en Biniamina, Petah Tikva y Mikve Israel.

Con el desarrollo del sector vitivinícola y, en especial, en Estados Unidos y Australia, la industria israelí mejoró sus productos y comenzó a producir vinos de calidad. Así, a la Palestina desértica y mediterránea fueron llevadas uvas famosas del sur de Francia, resistentes a altas temperaturas aunque, las que se producían, no eran de calidad. Esas uvas dejaron su lugar a cepas más refinadas. **El proceso de recambio fue lento (por la necesidad de adecuarlo al microclima), mejorando el proceso hasta dejar satisfechos a los paladares más exigentes.**
Entre 1948 y 1997, el consumo israelí anual era de 3.9 litros por habitante. En 2010, se registraron 7 litros por persona (no incluía la población árabe ni los menores de 18 años), en comparación con los franceses que consumían 56 y los italianos, 49. En Gran Bretaña y Escandinavia llegaban a los 15 litros por persona, en ascenso. Algo excepcional ocurrió en Estados Unidos, uno de los mayores productores, donde se registró una leve caída desde los `80, dada la deslegitimación del consumo de bebidas fuertes. La investigación destaca que la baja llevó a que, el bebedor- promedio, demandase vinos de mayor calidad.

A partir de la competencia, 40% de los israelíes informaron, en el estudio desarrollado por la bodega Carmel, que toman más que en el pasado. Según la estadística, subió un 50% en los últimos cinco años y representa un tercio del circuito de ventas en vinerías. Se reconoce una caída en la demanda en países con culturas vitivinícolas desarrolladas (Francia o Italia), hasta un 25% en los últimos 30 años. Donde no hay una cultura abierta, se registra la tendencia inversa.

El vino es considerado un producto de moda y su demanda aumenta. Según los datos de la medición Nielsen[13], el mercado del principal vino israelí se divide entre las pioneras Bodegas Carmel (40%), Bodegas Barkan (20%) y las "jóvenes" Ramat HaGolan (14%). Otro 17% adicional se reparte entre las comerciales más pequeñas: Biniamina, Efrat, Tishbi, y Dalton, Recanati y Tavor. El 9% restante va a las 70 llamadas bodegas- boutique.

Los consumidores israelíes pasan de vinos semi - secos a secos, de livianos a más pesados y crece la tendencia a adquirir vinos de calidad.

Israel cuenta con, 48 mil dunam de viñedos (aumento del 55% en relación a 1995). Alrededor del 60% de los destinados a las mesas son rojos secos[14] mientras que, en 1995, 70 % de los vinos de mesa eran blancos y 30% rojos. Se importan 36 millones de botellas por año, registrándose un crecimiento del 5-10% por año los últimos 5 años[15].

En la actualidad hay bodegas premiadas. La comparación con otros países del " nuevo mundo" , demuestra que el mercado israelí tiene, por delante, una buena cantidad de años de crecimiento hasta su estabilidad.

11- Pésaj es la festividad judía que conmemora la salida del pueblo hebreo de Egipto, relatada en Éxodo. // 12-Purim es una festividad en conmemoración del milagro relatado en el Libro de Ester en el que los judíos se salvaron de ser aniquilados bajo el mandato del rey persa Asuero, identificado por algunos historiadores como Jerjes I.

13- Diciembre, 2002. // 14- Datos 2010. // 15-Datos 2010.

La ruta

El sonido de una botella de vino cuando se descorcha anuncia el comienzo de un festejo, de una ocasión alegre, de algo importante que requiere que se alcen copas para un brindis. Nada como un vino excelso para convertir, cada comida, en un banquete, cada ocasión en un festival y cada encuentro en una manifestación de felicidad y risas.

Con los años, Israel se convirtió en potencia vitivinícola. Decenas de bodegas artesanales se abrieron en el país, muchas de gran nivel. Cada año, los mejores vitivinicultores viajan por el mundo para aprender, exhibir sus productos y participar en concursos internacionales obteniendo importantes galardones y siendo fuente de orgullo.

Ese éxito condujo al nacimiento de la "Ruta del Vino", circuito que transcurre entre bodegas, surgidas a lo largo y a lo ancho del país, que ofrece una inolvidable vivencia de bouquet, gustos y panoramas. Ese camino tiene raíces en la antigüedad. En decenas de excavaciones arqueológicas se encontraron lagares y prensas, testimonio de la afición al vino desde los albores agrícolas. El ramo se desarrolló y prosperó.

La Ruta del Vino se encuentra en todas direcciones. ***Comienza en el norte*** (Alturas del Golan) donde, junto a una de las bodegas más exitosas, surgieron las artesanales; ***continúa por las colinas de la Galilea,*** en sótanos y en edificios modernos; ***cruza el Monte Carmel*** donde, junto a la bodega más antigua, hay establecimientos pequeños ; ***se extiende al centro,*** en moshavim y kibutzim y grandes ciudades y se ramifica por las artesanales de la planicie de ***Judea,*** donde el decorado natural aumenta la intensidad de la experiencia y aroma ***y llega hasta el Negev,*** en condiciones difíciles, logrando la gran quimera de extraer oro de las uvas. Los viñedos son encantadores, puro paisaje, con cepas cuidadas y donde cada poda y riego fue pensada. Se pueden degustar vinos, disfrutar sabores y sensaciones y comprar botellas para llevar a casa.

En algunas bodegas está lo más granado de la producción agrícola local: quesos, panes artesanales, mermeladas caseras, aceite de oliva y miel.

Hablando de Vinos

aprenda su ABC[16]

La mayoría de los tintos de calidad israelíes son hechos de Cabernet Sauvignon, Merlot, Syrah o Shiraz. Hay un movimiento que profesan los ABC; lo que significa cualquier cosa menos Cabernet. Para los que buscan una alternativa, hay vinos grandiosos hechos de otras variedades rojas israelíes.

16- Adam Montefiore.

Argaman es la única verdadera variedad de Israel. Fue desarrollada a finales de los '80 de un cruce entre el Souzao portugués y la "bestia de carga israelí" , Carignan. La intención era la uva - fusión con excelente color. Argaman significa "púrpura profundo" . Es cultivada en las tierras bajas de Judea. Una bodega en particular, Segal, adoptó al Argaman como proyecto especial y lo plantó en la Alta Galilea donde produce un vino digno de elogio.

Barbera
Es una variedad simple, del noroeste de Italia (en particular, del Piamonte). Tiene alta acidez natural, lo cual significa que puede tener potencial en Israel como uva -fusión. Hasta ahora es muy poco cultivada, salvo en la Alta Galilea. Un buen ejemplo de un Barbera israelí es producido por la Bodega Galil Mountain.

Cabernet Franc
Es parte de la clásica licuación Bordeaux y varietales cultivados en el Valle del Loira. Los vinos tienden a ser más ligeros que el Cabernet Sauvignon, con el reconocible carácter herbáceo. El Margalit (NK) y Cabernet Franc del Valle Ela están entre los mejores.

Carignan
En años recientes regresó esta variedad. Mediante la reducción del rendimiento y usando solo cepas viejas, el Carignan produjo mejores vinos que en cualquier otro momento de su historia. La mayoría fueron plantados en los valles del Monte Carmel. El pionero es la bodega Carmel con su Appellation Carignan Old Vines. Entre las más pequeñas, Vitkin (NK) es especialista en Carignan.

Grenache
Alcanzó su punto alto en los '70 cuando el Grenache Rosé era el vino israelí más vendido. Ahora, a medida que el país cambia hacia las variedades mediterráneas, nuevos clones mejorados se plantan. Están en sus primeros días, pero el mejor, hasta ahora, es Avidan Grenache (NK).

Malbec
Fue plantado a fines de 1880 por Rothschild. Desde entonces pasó de moda como una de las variedades Bordeaux, aunque es la insignia nacional argentina. Hace poco regresó a Israel. Hasta ahora salieron con un vino elaborado con la variedad Teperberg, la bodega familiar más grande del país. Su Terra Malbec es jugoso y afrutado.

Pinot Noir
Todo productor quiere hacerlo e, Israel, no es la excepción. Una de las variedades más importantes del mundo se da sólo en Burgundy. En este caso, el pionero es la bodega Golan Heights. Su Yarden Pinot Noir es el mejor ejemplo.

Petite Sirah
Está en su mejor momento en clima caliente de las colinas de Judea, en especial de viñas viejas. Los vinos producidos son ligeramente fuertes en carácter y con mucho cuerpo. El mejor es Carmel Appellation Petit Sirah Old Vines.

Petit Verdot
Es una variedad que, a menudo, no madura en su hogar de Bordeaux, donde no está de moda. Pero, en Israel, encontró su lugar. Está bien adaptado al clima, produciendo vinos oscuros, firmes, tánicos. El Yatir Petit Verdot, recientemente lanzado, es el mejor ejemplo.

Pinotage
Es la variedad nacional de uva sudafricana siendo un cruce entre el Pinot Noir y el Cinsaut. Lo que no sabe es que fue creado por un judío, Abraham Perold. Concebido en 1925 se mantuvo en segundo plano hasta los ´90, cuando se produjo el renacimiento del vino sudafricano, después de lo cual tuvo muchos seguidores leales. Crece en las tierras bajas de Judea. El pionero israelí fue la bodega Barkan. Su Barkan Reserve Pinotage es recomendado.

Sangiovese
Es la variedad más grande plantada en Italia, siendo mejor conocida en Toscana. Está en las Alturas del Golan, y el Gamla Sangiovese -de la bodega Golan Heights- es el más prominente.

Tempranillo
La variedad nacional de uva de España es el Tempranillo, mejor conocido en los vinos tintos de Rioja o Ribera del Duero. En Israel, el Teva Tempranillo, producido por la bodega Biniamina, constituye un estilo fácil de beber.

Zinfadel
La uva roja de California está plantada en Israel. La bodega Dalton (Alta Galilea), lo produce con mucho cuerpo y gran éxito. Así que no hay escasez de variedades ni de experimentación. Estos tintos de calidad, de uva menos prominentes, bien vale la pena probarlos.

Vino Orgánico Bodega Orgánica[17]

Bashan es la primera bodega orgánica de Israel y la única Kasher. Fue fundada, en 2000 por Uri Rap y Emanuel Dasa. En 2004, comenzaron la comercialización de vinos -boutique con valor agregado: vino orgánico.

Si bien la agricultura orgánica israelí adquirió ritmo en los últimos años, la conciencia sobre su existencia es escasa en relación a otros sitios del mundo y, en particular, en el área del vino.

Entonces, ¿por qué crear una bodega orgánica?

A continuación un diálogo con Uri Rap, propietario y fundador de la Bodega Bashan.

-¿Por qué una bodega orgánica?

"Cuando decidimos con Emanuel, hace más de una década, crear una bodega no queríamos ser una más de los cientos existentes. Deseábamos crear una bodega-boutique. Pretendíamos ser singulares y algo diferentes al resto.
Emanuel, que se ocupa del área de la siembra orgánica, propuso que levantáramos una bodega orgánica. Tuve mis temores dado que no sabía de qué estábamos hablando.
En esta oportunidad debo destacar que nuestro vino no lo comercializamos como orgánico sino como "vino-boutique", de una bodega de calidad con un valor agregado: es orgánico y sin químicos. No está destinado al mercado orgánico específicamente, sino a todo aficionado que busca buenos vinos con valor agregado".

-¿Cuál es la diferencia en el proceso de producción entre un vino orgánico y uno común?

"Ante todo, la producción de vino orgánico se basa en la agricultura orgánica sin químicos. En la práctica, se trata de métodos que deben tomarse en cuenta durante el crecimiento de las uvas, como por ejemplo:
1- Método natural. Eliminación del pasto por medio de agro-mecánicos sin uso de materiales químicos.
2- Método biológico. Todo ser vivo cuenta en la naturaleza con "enemigos naturales" de tal modo que cuando, por ejemplo, hay un insecto que provoca daños, distribuimos depredadores que los eliminan y así sucesivamente. Estamos en contacto con granjas orgánicas que nos abastecen de lo necesario. Asimismo el abono es de pureza y nos enfocamos en usar materiales amigables al ambiente.
3- Las etiquetas son de papel reciclado.
4- Los corchos no pasan por el proceso de blanqueo.
5- Se comenzó el proceso de construcción de una planta para el uso de agua reciclada.
6- Todo se hace con los permisos de acuerdo a la normativa vigente en la agricultura orgánica en Israel y bajo supervisión permanente de la Asociación Europea".

-¿Es posible distinguir el vino orgánico por su sabor?

"Me resulta difícil decir que el solo hecho de ser orgánico lo diferencia por su sabor. Si un experto prueba nuestros vinos, no distinguirá que se trata de orgánico. El valor agregado queda expresado en que cuando se prueba, se bebe un producto sin químicos y más sano. Tenemos buen vino y, ante todo, nos enfocamos en su calidad y, el hecho de ser orgánico, le otorga algo como valor agregado".

-¿Cuáles son las dificultades asociadas a la producción de vino orgánico?

"La producción de vino orgánico requiere el crecimiento de viñedos orgánicos en forma prioritaria. En principio existen limitaciones, desde el punto de vista de los agregados que pueden incorporarse al vino durante la producción como, por ejemplo, conservantes que deben ser de origen natural, dado que en el mercado existen los industrializados genéticamente y debemos prestar mucha atención en no usarlos (ni ningún material que atravesó algún tipo de ingeniería genética). El uso del bisulfato es restringido. Estamos limitados en la utilización de ese material que se acostumbra a introducir al vino a fin de proteger y defenderlo de la contaminación dado que, la normativa orgánica, no lo permite. Una de las mayores dificultades es, de hecho, la protección del vino de la contaminación, por el poco uso del bisulfato, muy por debajo de la norma. Asimismo, el tiempo de vida de una botella, después de ser abierta, no es demasiado largo. Nuestros vinos, si son conservados en condiciones apropiadas, se mantienen por 4-5 años".
"El bisulfato, para quien no lo sabe, es un producto inflamable de azufre que además de ser un material que desinfecta el tonel del vino y sus tuberías, ayuda a medir la fermentación. Si bien el azufre es un mineral natural, mucha gente que padece de alergia y, en especial, de vías respiratorias, puede desarrollar sensibilidad al aspirar el material. De acuerdo a las indicaciones de la norma israelí, el uso permitido es en pequeña cantidad. Todo ello y más convierte la tarea del viñedo orgánico en particular y el proceso de producción del vino en general, en difícil, complejo y costoso".

-Llegamos a la pregunta del millón. Si cuesta mucho dinero ¿Es redituable?

"Por nuestra parte, no hay diferencias en los precios al consumidor. El crecimiento orgánico nos encarece el proceso en lo vinculado a los viñedos y uvas orgánicas. No recargamos en las botellas según los costos de la producción. Lo hacemos porque creemos en el valor agregado de los productos orgánicos y eso es lo que importa".

17- Fuente: www.israeliwines.co.il

Primera región
VITIVINÍCOLA ISRAELÍ

El sector del vino en Israel atravesó, y continúa, un enorme desarrollo en los últimos años. El número de bodegas- boutique es muy grande en relación a lo pequeño del país.

La variedad de géneros va creciendo, poco a poco, así como los estilos de vinos producidos en el país. El florecimiento es sentido y emocionante pero, como todo, crece salvaje; al orden europeo y los cercos regionales ordenados, lo sustituye una verdadera confusión.

En Francia, en los años '30 del siglo XX, se dispuso un sistema de definición y supervisión de las regiones del vino, conocida como Appellation d´Origine Controlee o Denominación de Origen Protegido. Ese exitoso modelo, denominado AOC, se propagó al resto de países en Europa y lidera la idea para la clasificación del vino en Italia, España, Alemania y otras naciones y, ni hablar, de la constitución del vino de la Unión Europea en la que también rige el sistema AOC.
El centro del método es evaluar, dentro de lo posible, la precisión local en las diferentes regiones y, según ellas, otorgar a una parte preferencia sobre otras. Queda claro que el supuesto es potencial y siempre encontraran vinos que sorprenden por su calidad, a pesar de la marca **"sencilla"**.

Hace pocos meses, el Club de Bodegas de Judea, del que son miembros 30 bodegas de la región, decidió publicitar la zona del vino silvestre. Desde ahora, bajo la denominación de **"Vinos de Judea"**, serán conocidos los producidos en el área bajo supervisión y control del Consejo local. Además, contendrán, por lo menos, 66% de uvas de la región mientras que, a partir del 2014, la exigencia se ubicará en, por lo menos, 85%.

En el futuro, se prevé el otorgamiento de una **"marca de calidad"** nominada y especial otorgada sólo a los grandes vinos de la región que demuestren una posición en las cosechas máximas definidas, análisis de un instituto autorizado y la revisión de sabores técnicos objetivos.

¿Cómo elegir un vino en un restaurante?

CONSEJOS DE LOS CHEFS

1. "Siempre hay que priorizar el vino israelí, ya que, desde hace tiempo, no hay de qué avergonzarse…El mundo lo entendió y declaró que ocupan la primera línea. Además, los vinos locales brindan un producto adecuado al paladar israelí".

2. "La segunda norma es que el vino cumple la función de destacar la comida y ésta, a su vez, subraya el vino; o sea, se complementan. La regla más importante indica: "Vino blanco con pescados y quesos. Tinto con carne. Hay quienes prefieren tomar vino blanco frío en horas del mediodía y tintos en la cena, cuando se siente más agradable. Después de todo, no vivimos en clima europeo".

3. "Cuando se pide el vino es muy importante revisar en qué condiciones fue conservado; si se tuvo en cuenta la temperatura durante el almacenamiento; si lo cuidaron mientras la botella estaba a 180° y no menos importante: revisar el vino que les presentan si es adecuado al añejamiento. ¿A qué me refiero? No todo vino, conservado durante años, mejora sino sólo ciertas semillas especiales, guardadas en condiciones correctas. Debe preguntarse al mozo y constatar la fecha de elaboración".

4. "La articulación de vino y carne es especial: no cualquier vino es adecuado a cualquier carne. Por tanto, importa la concordancia especial y un conocimiento amplio. Nuestros vinos son conservados en cavas especiales, a 17°, con ajuste puntual a cada tipo de vino para que conserven su aroma".

5. "Los vinos no son sólo adecuados a los platos sino que resulta importante acomodar el vino al clima y, en especial, a la estación del año; cada período tiene un tipo de vino preciso".

6. "La articulación entre vino y carne se convierte en un todo y parte inseparable cuando se hace en la forma correcta y, de hecho, se complementan. Es importante tomar en cuenta, al pedir el vino, la temperatura adecuada para que no pierda su sabor; tan importante como tomar en cuenta el corte adecuado de la carne".

Los 10 libros

OBLIGADOS EN TODA COCINA

En la era en que todas las recetas se encuentran a la distancia de una aplicación, aún no hay sustituto a los sofisticados libros de cocina en el estante. Los 10 elegidos son aquellos a los que no renunciaríamos por ningún tesoro.

1- Orna & Ella. Libro de Recetas
Recetas: Buñuelos de batata, ensaladas, arroz con pollo.

2- Haim Cohen y Eli Landau
Recetas: Todo lo que lleva berenjenas. Ñoquis, hojas de parra rellenas con salsa de yogurt o tehine.

3- Aharoni abre la mesa
Recetas: Torta de ciruela, tarta de espinaca y queso, kneidalaj rellenos de hígado, ñoquis de papa y ensalada verde con pescado salado.

4- Secretos dulces, Carine Goren
Recetas: Torta negra, torta de queso blanco, torta de dátiles y crema moka.

5- Bishula. Shula Modan
Recetas: Masa rellena de hongos y berenjenas, torta de bananas y pastel de manzanas.

6- Simple, Jonathan Roshfeld
Recetas: Ensalada de champiñones, ñoquis de ricota, torta de chocolate con una tableta de chocolate blanco.

7- A último momento, Benny Saida
Recetas: Presas de pollo en frutos secos y vino, sopa de garbanzos, galletitas de tehine, tarta rápida de quesos y pollo con pasas de uva.

8- Shmil Holand
Comida judía de Europa Oriental. Historias de la abuela acompañan las recetas.

9- De la cocina con amor. Rut Sirkis
Libro editado en 1975 y punto de inflexión en la cocina doméstica israelí, convirtiéndose en un bien preciado para generaciones enteras. Toda casa que se preciaba de tal en esos años, e incluso en la década posterior, tenía ese libro en sus estantes. Sirkis decía que “Quien sabe leer sabe cocinar, con la condición que las explicaciones sean claras y precisas”.

10- Cocinando carne. Israel Aharoni y Shaul Hebron
Libro mitológico, editado en 1987, que exhibe las pautas de bronce para el tratamiento de la carne. Fue el primer manual integral, en Israel, para la elección, tratamiento y cocina de distintos tipos de carne. El libro guía al lector etapa por etapa.

RECETAS

- RECETAS -

LA NUEVA ENSALADA ISRAELÍ

4 PORCIONES

CON UN SINFÍN DE MEZCLAS CREATIVAS, DISTINTIVO PERSONAL Y "LOOK" MODERNO, LA ENSALADA ISRAELÍ RECIBE EL STATUS DE "CELEBRITY". DURANTE EL VERANO, SU POPULARIDAD AUMENTA Y SE CONVIERTE EN LA ESTRELLA DE LA COMIDA.

Desde el momento en que comencé a pensar en todo lo que ingresa a mi organismo, considerando no sólo los sabores sino los resultados de estudios médicos, peso y, en general, la ensalada - como comida- tomó en mi menú un lugar de honor. Y no sólo en mi carta privada sino, y también, en el familiar.
Así, amigos y amigas, alumnos y alumnas; todos comenzaron a interesarse por la ensalada y la convirtieron en un gran tema.

Todos los chefs más tomados en cuenta son conocidos por todo tipo de ensaladas grandiosas y su número crece con cada cambio de estación.

Ahora les presento mis ensaladas del verano. Son preparados singulares con frutas, hojas y hierbas, con agregado de pollo, queso, pescado o nueces, que sea rica, rica…

ENSALADA DE RAÍCES COREANA

¡Me encanta el cilantro! En especial si se mezcla con limón, chile y verduras de hoja. Ensalada exitosa que deben probar.

ENSALADA ISRAELÍ

- RECETAS -

Ingredientes

5 ZANAHORIAS CORTADAS EN TIRAS ANGOSTAS
2 REPOLLOS EN TIRAS DELGADAS
1 REMOLACHA FRESCA EN TIRAS
1 PIMIENTO CHILE EN AROS
1 PAQUETE DE HOJAS DE CILANTRO SIN TALLO
3 CUCHARADAS DE SEMILLAS DE SÉSAMO

Salsa

3 CUCHARADAS DE ACEITE DE SÉSAMO
2 CUCHARADAS DE SALSA DE PESCADO TAILANDÉS
2 CUCHARADAS DE VINAGRE DE ARROZ
3 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN FRESCO
2 DIENTES AJO MOLIDO
2 CUCHARADAS DE AZÚCAR

Preparación

MEZCLAR VERDURAS DE HOJA CON EL CILANTRO, CHILE Y SÉSAMO EN UNA FUENTE,
MEZCLAR LA SALSA EN UN RECIPIENTE CON TAPA ADECUADA,
VERTER LA SALSA SOBRE LA ENSALADA, MEZCLAR Y SERVIR.
SI SE PREFIERE UN SABOR MÁS DOMINANTE Y MENOS SUAVE,
SE DEJA DESCANSAR MEDIA HORA ANTES DE SERVIR.

- ¿SABÍAS CÓMO? -

¿EMPIEZA UNA COMIDA EN UN RESTAURANTE ÁRABE? CON UNA ENSALADA DE BERRO, SERVIDA EN SU MESA JUNTO CON TABULEH DE HIERBAS, BERENJENA EN TAHINE Y BERENJENA EN YOGURT, COLIFLOR EN TAHINE, FATTUSH, ENSALADA DE ZA´ATAR FRESCA, ENSALADA DE MOSTAZA SILVESTRE, Y, AL MENOS, OTROS DIEZ PLATOS DE HIERBAS Y VEGETALES FRESCOS. JUNTO CON UN SUAVE HUMMUS, LABANEH Y TAHINE, PEPINILLOS Y PAN PITA FRESCO. SUGERENCIA: NO ORDENE PLATO PRINCIPAL.

HARIME DE LEA GUETA

6 PORCIONES

LOS SEFARADÍES SE APODERAN DEL GEFILTE FISH. ESTA VERSIÓN VIENE DE LEA GUETA QUIEN, JUNTO CON DOS DE SUS MUCHOS HIJOS, ES LA DUEÑA Y PROPIETARIA DE GUETA EN JAFFA.

Ingredientes

6 PIEZAS DE PESCADO BLANCO FIRME, CORTADO EN TROZOS (ALREDEDOR DE 1 KILO)
1 CABEZA DE AJO, LOS DIENTES PELADOS Y APLASTADOS
1 CUCHARADITA DE SAL
1 CUCHARADAS DE PAPRIKA PICANTE
1 CUCHARADA DE PAPRIKA DULCE
2 CUCHARADAS COLMADAS DE PASTA DE TOMATE
1 ¼ TAZA DE AGUA
3 A 5 CUCHARADAS DE JUGO DE LIMÓN RECIÉN EXPRIMIDO
¼ CUCHARADITA DE AZÚCAR
1 CUCHARADITA AL RAS DE COMINO MOLIDO
1 CUCHARADITA AL RAS DE ALCARAVEA (PARECIDO AL COMINO)

GEFILTE SEFARADI!

Preparación

LAVE EL PESCADO Y SAZONE CON UN POCO DE SAL (SI ESTÁ USANDO PESCADO CONGELADO, SALPIQUE CON UN POCO DE JUGO DE LIMÓN TAMBIÉN). DEJE REPOSAR POR 5 MINUTOS. SEQUE Y COLOQUE EN UN PLATO. USANDO UN MORTERO Y UN MAZO, MUELA JUNTOS EL AJO MACHACADO Y LA SAL.

AGREGUE LA PAPRIKA PICANTE Y LA DULCE Y MEZCLE BIEN. CALIENTE ¼ TAZA DE ACEITE EN UN SARTÉN GRANDE Y COCINE LA MEZCLA DE AJO Y PIMIENTA PICANTES SOBRE FUEGO BAJO. LIGERAMENTE SALTEE POR DOS O TRES MINUTOS, REVOLVIENDO CONSTANTEMENTE PARA EVITAR QUE SE QUEME, HASTA QUE TOME UN COLOR BURDEOS.

VIERTA UN CUARTO DE TAZA DE AGUA Y LA PASTA DE TOMATE

(El "secreto", de acuerdo a Gueta, es agregar la misma cantidad de pasta de tomate que de la mezcla de ajo -pimienta picante-agua).

COCINE 5 MINUTOS SOBRE FUEGO ALTO, REVOLVIENDO CONSTANTEMENTE, HASTA QUE LA SALSA ESTÉ FRAGANTE Y BURBUJEANTE. AGREGUE LA 1 TAZA DE AGUA RESTANTE Y EL AZÚCAR. BAJE EL FUEGO Y CUBRA, RASPANDO EL FONDO DE LA OLLA OCASIONALMENTE (LA PAPRIKA TIENE LA TENDENCIA DE PEGARSE AL FONDO), POR 10 MINUTOS. EL ACEITE SE SEPARARÁ DE LA PAPRIKA.

La consistencia de la salsa debería ser "más fina que la de la salsa de tomate", agrega Gueta.

COLOQUE EL PESCADO EN UNA OLLA EN UNA CAPA Y AGREGUE AGUA TIBIA PARA CASI CUBRIR. SALPIQUE ENCIMA EL COMINO Y UN POCO MÁS DE SAL SI ES NECESARIO. LLEVE A HERVIR, CUBRA Y COCINE SOBRE FUEGO ALTO POR 5 MINUTOS. BAJE EL FUEGO Y EXPRIMA EL JUGO DE LIMÓN PARA SABORIZAR ENCIMA. CUBRA Y COCINE A FUEGO LENTO POR 7-10 MINUTOS HASTA QUE ESTÉ LISTO.

- RECETAS -

SHAWARMA DE CARNE

Ingredientes

- Ojo de bife, 3 k
- Cebollas, 6
- Ajo, 1 cabeza
- Vinagre blanco, 500 cc
- Vinagre de vino, 500 cc
- Sal y pimienta c/n
- 7 Especias c/n
- Carne picada, 2 k
- Grasa de pella c/n
- Salsa picante
- Cebolla morada, 1
- Ajo, 2 dientes
- Ají en vinagre, 2
- Cebolla de verdeo, 1
- Ají amarillo, 4
- Morrón rojo, 1/2
- Perejil c/n
- Cilantro c/n
- Tomates, 4
- Sal y pimienta c/n
- Vinagre c/n
- Aceite de oliva c/n
- Salsa fresca
- Pepinos, 2
- Sal, c/n
- Perejil , c/n
- Pasta de sésamo, 100 g
- Menta, c/n
- Yogurt natural, 100 g
- Limón en conserva, c/n

SHAWARMA

- RECETAS -

Procedimiento

Cortar el ojo de bife en filetes de medio centímetro. Reservar.

Cortar la cebolla en trozos y aplastar el ajo. Reservar.

En un bol grande colocar la carne junto con la cebolla, el ajo, los vinagres, sal, pimienta y las 7 especias. Revolver y dejar marinando durante 30 horas.

Realizar el mismo procedimiento con la carne picada.

Para armar el shawarma, intercalar en la espada capas de bife, grasa, carne picada y cebolla fileteada. Presionar muy bien entre capa y capa.

Cocinar en la máquina para shawarma. De no contar con ese elemento, hacerlo por capas en una placa en el horno.

Salsa picante

Quemar el ají amarillo en la hornalla.

Picar finamente todos los ingredientes y colocar en un bol junto con la sal, el vinagre y el aceite de oliva.

Dejar reposar para mezclar los sabores.

Salsa fresca

Dejar el pepino en sal gruesa por una hora para quitarle el sabor amargo. Luego, rallar y dejar escurrir en un colador.

En un bol, colocar el pepino rallado y mezclar con el resto de los ingredientes.

Armado

Servir el shawarma cortado finamente en un pan pita.

Colocar salsas y a elección y, si se desea, lechuga finamente picada.

COMIDA AL PASO!

- RECETAS -

Shawarma de Cordero

Ingredientes

Carne de cordero, 1 kg
sal fina, c/n
Pimienta de Jamaica molida, ¼ de cucharadita
Canela molida, ¼ cucharadita
Clavo de olor molido, ¼ de cucharadita
Cilantro molido, ¼ de cucharadita
Pimienta blanca molida, ¼ de cucharadita
Jugo de limón, ½ taza
Cebollas ralladas, 4
Tomates cubeteados, 4
Yogurt natural, 1 taza
Pan árabe o pita, 10 unidades

Preparación

Cortar la carne en escalopes delgados y luego en tiritas lo más finitas posible. Sazonarla con todas las especias y condimentos y agregar el jugo de limón. Guardar la mezcla de carne, bien tapada, en la heladera y dejar que macere durante un día aproximadamente para que tome muy buen sabor.

Escurrir la carne y cocinar en una sartén con aceite de oliva a fuego vivo.

Para el armado de los shawarma colocar la carne cocida bien caliente sobre cada pan y decorar con el tomate y la cebolla.

Rolar el sándwich formando una suerte de cucurucho o cono. Aderezar con yogurt natural.

SABRASISIMO

- RECETAS -

Lafa de Pavo

Un almuerzo completo en un solo plato, perfecto para toda la familia, los niños y adolescentes disfrutan de esta sencilla comida israelí. Su elaboración no representa ninguna dificultad. Se puede adaptar los condimentos al gusto de cada uno.

Ingredientes

4-6 pitas
500 grs. carne de pavo
½ lechuga o col
10 pepinillos agridulces
1 tomate de ensalada maduro
1 cebolla morada tierna
mezcla de hierbas aromáticas a gusto
1 cucharadita de cardamomo o hel
Salsa de sésamo o Tahinne
Salsa picante tipo Harissa o Tabasco
Aceite de oliva
Sal

Preparación

Se corta la carne de pavo en tiras.
Se las espolvorea con las hierbas aromáticas y sal. Se cocinan en una plancha, con poco aceite hasta que estén doraditas.
Calentar la lafa o las pitas en el horno o en la tostadora. Cortar la lechuga o la col en juliana fina y lávarla, escurrirla y colocarla en un bol.
Picar la cebolla y los pepinillos muy finos y el tomate en daditos y agrégarlos al bol.
Incorpora el pavo. Regar con salsa de sésamo, una pizca de salsa picante y mezclar bien.
Rellenar la lafa o las pitas con esta combinación y poner algo más de salsa picante o se puede prescindir, según el gusto.

- RECETAS -

FALAFEL

Ingredientes	Preparación
Trigo burgol, 50 g	En un bol, remojar el trigo burgol con agua hasta que esté blando.
Agua, c/n	
Garbanzos , 1 lata	En una procesadora, colocar los garbanzos colados, el trigo burgol remojado, la cebolla picada bien chica, el perejil y el cilantro picado.
Cebolla, 1/4	
Perejil, 10 g	
Cilantro, 10 g	
Comino, 1 pizca	Agregar una pizca de comino, el bicarbonato de sodio, el aceite de oliva, sal y pimienta. Procesar todo hasta obtener una pasta. Calentar una sartén y dorar la pasta con aceite de oliva. Servir con un poco de queso crema y limón.
Bicarbonato de sodio, 1 cdita	
Aceite de oliva, 3 cucharadas	
Sal y pimienta c/n	
Queso crema, c/n	
Limón, c/n	

- RECETAS -

SUFGANIOT

Ingredientes

1 kg. de harina
2/3 taza de azúcar
1 cucharada de levadura seca
3 cucharadas de brandy o similar
Ralladura de 1 limón
100 grs. margarina o aceite
4 huevos
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de vainilla
Agua tibia, cantidad necesaria

Preparación

En un bol se coloca la harina, el azúcar, la levadura, el brandy, la ralladura, el aceite y la sal. Se mezcla y, luego, se agregan los huevos batidos y la vainilla. De a poco, se vierte el agua tibia hasta formar un bollo. Se amasa y deja leudar hasta duplicar su volumen. Se amasa otra vez. Se forman los bollitos y se fríen en abundante aceite caliente, no hirviendo, hasta dorarlos por todos lados. Se retiran y colocan sobre un papel absorbente. Se rocían con azúcar impalpable.

¡IMPERDIBLE EN JANUCA! →

- RECETAS -

SHAKSHUKA

Ingredientes

Semillas de comino, 1 cucharadita
Cebolla grande, 1
Diente de ajo, 1
Pimentón picante, ½ cucharadita
Azafrán, 2 pellizcos
Tomates maduros, 6
Pimientos (amarillo, rojo y naranja), 3
Chile, 1
Pimiento morrón, 1
Huevos, 4

SHAKSHUKA

- RECETAS -

Preparación

1. En una sartén grande, sobre una cantidad generosa de aceite, dorar durante un par de minutos las semillas de comino. Agregamos la cebolla cortada fina y dejamos cocinar a fuego lento durante 8 o 10 minutos.
2. Añadimos el ajo cortado en láminas y los pimientos en tiras y cocinamos durante 20 minutos hasta que estén tiernos.
3. Sumamos el azafrán y el pimentón picante y removemos para, luego, añadir los tomates pelados y picados. A continuación salpimentamos y dejamos cocinar, a fuego lento, durante 15 minutos.
4. Colocamos sobre la base del guiso los 4 huevos sin que se rompa la yema e introducimos, durante 10 minutos a 150º, en el horno previamente calentado hasta que las claras de los huevos se endurezcan

Trucos para la receta

Podemos dejar de lado el comino, el pimentón, el azafrán y los huevos y servir las verduras con una tostada de pan y una ensalada verde.

SE ME HACE AGUA LA BOCA!

MIS RECETAS

MIS RECETAS

MIS RECETAS

MIS RECETAS

MIS RECETAS

cidipal